



Patvirtinta: 2025-11-10
Pradėta naudoti: 2025-11-10

Kauno lopšelis-darželis „Liepaitė“,
K. Genio g. 7, Kaunas

**15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO
VALGIARAŠTIS**

4-7 metų vaikams

(be glitimo, grikių, pieno ir pieno produktų)

Įstaigos darbo laikas:

6:30 - 18:30 val.



1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	43605	200	4,25	6,42	38,5	228,74
Vaisiai pagal sezoną	84454	150	0,45	0,45	18,15	78,45
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,7	6,87	56,65	307,2

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	72492	150	1,88	1,12	11,21	62,39
Orkaitėje keptas maltos kiaulienos mentės ir kumpio maltinukas (tausojantis)	38119	30/35	12,05	13,77	0,75	175,16
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	27122	100	2	0,1	19,7	87,7
Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	80083	50	0,60	1,39	3,68	29,61
Švieži/rauginti agurkai	24318	40	0,33	0,08	1,12	6,54
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Vaisiai pagal sezoną	84454	150	0,45	0,45	18,15	78,45
Iš viso maitinimui:			17,39	16,93	55,36	443,37

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sorų kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	34107	153/7	6,84	8,02	39,5	257,57
Vaisiai pagal sezoną	69790	100	0,30	0,30	12,10	52,30
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			7,21	8,34	52,24	312,9
Iš viso dienai:			29,3	32,14	164,25	1063,47

1 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bolivinės balandos košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	28931	170/7	8,91	10,99	36,86	281,91
Vaisiai pagal sezoną	69749	120	0,84	0,24	21,6	91,92
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			9,75	11,23	58,46	373,84

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	90748	150	0,63	3,07	6,45	55,92
Troškinta vištienos filė su daržovėmis ir žalumynais (tausojantis)	57100	60/29/ 1	21,91	0,2	5,29	110,59
Troškinti plikyti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	23425	95	2,56	1,44	23,41	116,85
Aisbergo salotos su paprikomis, agurkais, porais ir krapais	87988	95	0,99	2,87	4,2	46,58
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Džiovinti vaisiai	42906	50	2,45	0,3	41,3	177,7
Iš viso maitinimui:			28,62	7,9	81,4	511,16

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Plikytų ryžių košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	43405	110/10	3,28	18,36	30,16	299
Vaisiai pagal sezoną	69749	120	0,84	0,24	21,60	91,92
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			4,19	18,62	52,4	393,95
Iš viso dienai:			42,56	37,75	192,26	1278,95

1 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sorų kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	34107	153/7	6,84	8,02	39,5	257,57
Vaisiai pagal sezoną	69766	135	1,22	0,14	15,80	69,26
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			8,13	8,18	55,94	329,86

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Lęšių ir daržovių sriuba su krapais (augalinis) (tausojantis)	54381	150	4,63	2,23	15,8	101,74
Jautienos ir kiaulienos kumpių maltinukas (tausojantis)	38120	35/35	15,61	6,25	0,34	120,06
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	23435	75	1,64	0,08	16,15	71,91
Pomidorų, agurkų, porų ir krapų salotos su alyvuogių aliejumi	67444	91/4	0,91	3,84	4,00	54,19
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Liofilizuotos uogos	95719	50	2	2	21	110
Iš viso maitinimui:			24,87	14,42	58,04	461,42

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Trinta moliūgų sriuba su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	93943	225/25	1,88	26,91	15,7	312,48
Vaisiai pagal sezoną	69766	135	1,22	0,14	15,80	69,26
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			3,1	27,05	31,5	381,75
Iš viso dienai:			36,1	49,65	145,48	1173,03

1 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Ilgagrūdžių ryžių košė su cinamonu (augalinis) (tausojantis)	43449	180	3,14	10,42	36,77	253,41
Džiovinti vaisiai	92268	35	1,23	0,46	19,25	86
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,37	10,88	56,02	339,42

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su žirniais (augalinis) (tausojantis)	90816	150	4	3,22	15,78	108,11
Virtų bulvių cepelinai su kalakutienos kumpelių/šlaunelių mėsa (tausojantis)	27159	145/55	14,05	7,75	49,63	324,50
Šviežių/konservuotų agurkų, morkų ir paprikų juostelės	3893	105	0,94	0,11	7,8	35,9
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			19,07	11,1	73,96	472,03

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kukurūzų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	43605	200	4,25	6,42	38,5	228,74
Bananai	47037	120	1,2	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			5,52	6,92	67,22	353,21
Iš viso dienai:			28,96	28,9	197,2	1164,66

1 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bolivinės baltosios košės su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	28931	170/7	8,91	10,99	36,86	281,91
Švieži/rauginti agurkai	24318	40	0,33	0,08	1,12	6,54
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			9,31	11,09	38,62	291,48

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kopūstų sriuba su bulvėmis ir petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	46558	150	1,29	3,06	7,62	63,21
Garuose keptas lydekų filė maltinis (tausojantis)	28836	60	16,3	6,98	4,46	145,91
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	27122	100	2	0,1	19,7	87,7
Burokėlių, obuolių, svogūnų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	87989	105	2,65	2,45	5,03	52,75
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Vaisiai pagal sezoną	69749	120	0,84	0,24	21,6	91,92
Iš viso maitinimui:			23,16	12,85	59,16	445,01

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sorų kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	34107	153/7	6,84	8,02	39,5	257,57
Vaisiai pagal sezoną	68706	120	0,48	0	11,88	49,44
Liofilizuotos uogos	78698	6	0,24	0,24	2,52	13,2
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			7,63	8,28	54,54	323,24
Iš viso dienai:			40,1	32,22	152,32	1059,73

2 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bolivinės balandos košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	28931	170/7	8,91	10,99	36,86	281,91
Švieži/rauginti agurkai	24318	40	0,33	0,08	1,12	6,54
Vaisiai pagal sezoną	84457	150	0,6	0	9,15	39
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			9,84	11,07	47,13	327,46

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pomidorinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	93218	150	1,44	6,07	14,59	118,77
Garuose kepta vištienos kumpelių šlaunelių mėsa (tausojantis)	198	80	17,62	10,24	0,22	163,53
Biri plikytų ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	43408	85	2,46	1,62	22,62	114,9
Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	80083	48/2	0,60	1,39	3,68	29,61
Švieži/rauginti agurkai	24318	40	0,33	0,08	1,12	6,54
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			22,53	19,42	42,98	436,87

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Ilgagrūdžių ryžių košė su cinamonu (augalinis) (tausojantis)	43449	179/1	3,14	10,42	36,77	253,41
Džiovinti vaisiai	76931	25	1,23	0,15	20,65	88,85
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,37	10,57	57,42	342,27
Iš viso dienai:			36,74	41,06	147,53	1106,6

2 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kukurūzų kruopų košė su morkomis ir smulkintomis moliūgų sėklomis (augalinis) (tausojantis)	38271	200	5,95	6,2	39,15	236,23
Vaisių asorti pagal sezoną	20530	120	0,88	0,44	20,12	87,96
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,83	6,64	59,27	324,2

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su kiaulienos mente (tausojantis)	79525	130/20	4,67	8,25	6,39	118,51
Bulvių plokštainis	34296	150	3,37	5,59	27,92	175,45
Daržovių lazdelės (agurkai, paprikos, kopūstas)	30483	110	1,1	0,08	5,17	25,76
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Vaisiai pagal sezoną	47037	120	1,2	0,48	28,08	121,44
Iš viso maitinimui:			10,42	14,42	68,31	444,68

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sorų kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	4107	153/7	6,84	8,02	39,5	257,57
Vaisiai pagal sezoną	47037	120	1,2	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			8,11	8,52	68,22	382,04
Iš viso dienai:			25,36	29,58	195,8	1150,92

2 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Virti kiaušiniai (tausojantis)	3551	80	10,16	8,72	0,72	122
Švieži/rauginti agurkai	24318	40	0,33	0,08	1,12	6,54
Vaisiai pagal sezoną	69337	120	1,08	0,48	17,76	79,68
Džiovinti vaisiai	95723	50	1,75	0,65	27,5	122,85
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			13,32	9,93	47,1	331,08

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Burokėlių sriuba su avinžirniais ir daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	61287	150	3,14	3,29	17,00	110,16
Vištienos filė ir daržovių blynėliai	57101	80/50	19,85	6,35	10,33	177,89
Troškinti plikyti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	23425	95	2,56	1,44	23,41	116,85
Daržovių (agurkų, morkų, paprikų) rinkinukas	26012	130	1,12	0,13	8,44	39,39
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			26,75	11,23	59,93	447,81

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių ir kalakutienos šlaunelių/kumpelių mėsos troškiny (tausojantis)	42371	135/65	18,79	12,74	19,73	268,77
Vaisiai pagal sezoną	69337	120	1,08	0,48	17,76	79,68
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			19,87	13,22	37,49	348,46
Iš viso dienai:			59,94	34,38	144,52	1127,35

2 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bolivinės balandos košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	28931	170/7	8,91	10,99	36,86	281,91
Orkaitėje keptas obuolys (augalinis) (tausojantis)	25737	100	0,39	0,02	10,15	42,33
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			9,37	11,03	47,65	327,27

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pupelių ir daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	73081	200	4,64	4,33	18,26	130,60
Jautienos kumpio ir kiaulienos sprandinės guliašas (tausojantis)	44378	45/40	15,47	13,62	2,61	194,86
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	27122	100	2	0,1	19,7	87,7
Daržovių (agurkų, pomidorų, žiedinių kopūstų) salotos su alyvuogių aliejumi ir moliūgų sėklomis	79972	106/2/ 7	2,59	3,82	8,61	79,13
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			24,78	21,89	49,93	495,81

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Plikytų ryžių košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	43405	110/10	3,28	18,36	30,16	299
Vaisiai pagal sezoną	47025	80	0,56	0,16	14,4	61,28
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			3,84	18,52	44,56	360,29
Iš viso dienai:			37,99	51,44	142,14	1183,37

2 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Ilgagrūdžių ryžių košė su džiovintais abrikosais (augalinis) (tausojantis)	43447	200	3,61	6,46	38,58	226,9
Vaisiai pagal sezoną	69337	120	1,08	0,48	17,76	79,68
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,69	6,94	56,34	306,59

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Agurkinė sriuba (tausojantis) (augalinis)	79527	150	0,71	2,56	5,96	49,69
Garuose keptas lašišos filė kepsnys (tausojantis)	23314	90	23,30	16,92	1,06	249,72
Bolivinės balandos košė su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	18944	85	4,26	4,64	18,38	132,32
Burokėlių, pupelių, svogūnų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	87990	80	3,63	1,61	7,27	58,13
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			31,98	25,75	33,42	493,38

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	28734	200	4,12	7,49	39,6	242,28
Vaisiai pagal sezoną	49940	80	0,80	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,92	7,81	58,32	323,25
Iš viso dienai:			41,59	40,5	148,08	1123,22

3 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kukurūzų kruopų košė su smulkintomis saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis)	43448	196/4	4,3	8,73	31,6	222,17
Džiovinti vaisiai	76931	25	1,23	0,15	20,65	88,85
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			5,6	8,9	52,89	314,05

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Žirnių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	46568	150	3,92	3,19	15,10	104,79
Plikytų ryžių plovos su kiaulienos sprandine (tausojantis)	46337	100/55	13,37	19,84	31,88	359,57
Švieži/rauginti agurkai	35266	100	0,8	0,2	2,75	16
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			18,17	23,25	50,48	483,88

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	28102	200	4,12	7,49	39,60	242,28
Vaisiai pagal sezoną	68706	120	0,48	0	11,88	49,44
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			4,67	7,51	52,12	294,75
Iš viso dienai:			28,44	39,66	155,49	1092,68

3 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Ilgagrūdžių ryžių košė su cinamonu (augalinis) (tausojantis)	43449	179/1	3,14	10,42	36,77	253,41
Trintos šaldytos/šviežios uogos	24251	25	0,15	0,09	4,17	18,10
Vaisių asorti pagal sezoną	60089	115	0,79	0,22	17,51	75,16
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,08	10,73	58,45	346,68

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	79565	150	2,83	3,16	12,84	91,14
Orkaitėje keptas vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos maltinis (tausojantis)	46096	65	13,51	9,11	0,67	138,75
Bolivinės balandos košė su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	18944	70/15	4,26	4,64	18,38	132,32
Aisbergo salotos su paprikomis, agurkais, porais ir krapais	101130	85	0,93	1,94	3,93	36,9
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Vaisiai pagal sezoną	76930	100	0,7	0,2	18	76,6
Iš viso maitinimui:			22,31	19,07	54,57	479,23

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su kiaulienos sprandinės kukulaičiais (tausojantis)	79568	90/60	7,72	12,17	6,76	167,4
Džiovinėtų vaisių asorti	91856	60	2,2	0,38	38,72	167,1
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			9,92	12,55	45,48	334,51
Iš viso dienai:			36,31	42,35	158,5	1160,42

3 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Ilgagrūdžių ryžių košė su razinomis (augalinis) (tausojantis)	43617	175	3,26	5,43	33,77	196,93
Vaisiai pagal sezoną	47033	130	0,91	0,26	23,4	99,58
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,17	5,69	57,17	296,52

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	92256	150	0,83	2,55	6,54	52,45
Troškintas jautienos kumpio ir kiaulienos mentės maltinukas (tausojantis)	44418	45/30	15,97	12,82	1,44	185,02
Virti plikyti ryžiai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	4372	80	3,53	0,17	30,42	137,37
Morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir alyvuogių aliejumi	50381	50/5/2	1,63	4,32	6,20	70,18
Agurkų ir paprikų juostelės	14578	55	0,44	0,06	2,63	12,80
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			22,48	19,94	47,98	461,34

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bolivinės balandos košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	28931	170/7	8,91	10,99	36,86	281,91
Vaisiai pagal sezoną	47025	80	0,56	0,16	14,4	61,28
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			9,54	11,17	51,9	346,22
Iš viso dienai:			36,19	36,8	157,05	1104,08

3 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	43605	200	4,25	6,42	38,5	228,74
Trintos šaldytos/šviežios uogos	24251	25	0,15	0,09	4,17	18,10
Vaisiai pagal sezoną	47031	110	0,99	0,11	12,87	56,43
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			5,39	6,62	55,54	303,28

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sriuba su įvairių daržovių mišiniu (tausojantis) (augalinis)	61297	150	2,09	2,02	15,09	86,85
Virtų bulvių blynai "Žemaičiai" su kiaulienos sprandine (tausojantis)	38130	130/70	12,99	16,83	43,86	378,85
Daržovių lazdelės (agurkai, morkos, kopūstas)	30483	110	1,1	0,08	5,17	25,76
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			16,26	18,95	64,87	494,98

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sorų kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	34107	153/7	6,84	8,02	39,5	257,57
Vaisiai pagal sezoną	47031	110	0,99	0,11	12,87	56,43
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			7,9	8,15	53,01	317,03
Iš viso dienai:			29,55	33,72	173,42	1115,29

3 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Virti kiaušiniai (tausojantis)	3551	80	10,16	8,72	0,72	122,00
Konservuoti žalieji žirneliai	16606	40	1,76	0,12	5	28,12
Vaisiai pagal sezoną	47028	200	0,6	0,6	24,2	104,6
Džiovininti vaisiai	77020	15	0,39	0	8,4	35,16
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			12,98	9,46	38,96	292,91

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Moliūgų, bulvių, morkų ir svogūnų sriuba su avinžirniais (augalinis) (tausojantis)	93281	150	1,8	2,03	12,66	76,06
Garuose keptas lašišos filė ir lydekos filė maltinukas (tausojantis)	25387	25/40	20,73	8,15	0,78	159,39
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	27122	100	2	0,1	19,7	87,7
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais ir agurkais	87992	90	2,53	2,02	4,79	47,44
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Vaisiai pagal sezoną	76928	120	0,36	0,36	14,52	62,76
Iš viso maitinimui:			27,5	12,68	53,2	436,87

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bolivinės balandos košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	28931	170/7	8,91	10,99	36,86	281,91
Liofilizuotos uogos	78700	6	0,54	0,12	2,04	11,4
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			9,45	11,11	38,9	293,32
Iš viso dienai:			49,93	33,25	131,06	1023,1