



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 kiaušinių)

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 |
| Grikių kruopų košė su daržovėmis ir alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis) | 34568   | 170/26/4 | 5,37                                | 7,91     | 30,67           | 215,36        |
| Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir smulkintomis saulėgrąžų sėklomis       | 21451   | 35/7/4   | 3,74                                | 8,51     | 19,55           | 169,67        |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                                    | 332     | 200      | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                              |         |          | 9,11                                | 16,42    | 50,22           | 385,04        |

| Pietūs 12:00 val.                                                            |         |        |                                     |          |                 |               |
|------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                        | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                              |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)                                   | 72492   | 150    | 1,88                                | 1,12     | 11,21           | 62,39         |
| Grietinė (30 proc. rieb.)                                                    | 16253   | 10     | 0,26                                | 3,00     | 0,27            | 29,12         |
| Ruginė duona                                                                 | 13634   | 25     | 1,53                                | 0,25     | 11,40           | 53,95         |
| Orkaitėje keptas maltos kiaulienos mentės ir kumpio maltinukas (tausojantis) | 35200   | 33/37  | 12,58                               | 13,84    | 4,41            | 192,51        |
| Troškintos perlinės kruopos su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)          | 260     | 85/15  | 2,96                                | 1,39     | 23,54           | 118,50        |
| Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi   | 80083   | 50     | 0,5                                 | 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:                                                          |         |        | 20,12                               | 21,09    | 56,38           | 496,14        |

| Vakarienė 15:30 val.                                                                  |         |        |                                     |          |                 |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                 | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                       |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)                                 | 20408   | 140    | 17,19                               | 7,32     | 39,68           | 293,37        |
| Ekologiškas natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.) su šaldytomis/šviežiomis uogomis | 24621   | 25/25  | 1,38                                | 1,10     | 2,95            | 27,20         |
| 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:                                                                   |         |        | 18,94                               | 8,74     | 55,37           | 375,9         |
| Iš viso dienai:                                                                       |         |        | 48,17                               | 46,25    | 161,97          | 1257,08       |



1 savaitė  
Antradienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                                   |         |                |                                     |          |                 |               |
|------------------------------------------------------------------------|---------|----------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp. Nr. | Išeiga         | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                        |         |                | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Perlinių kruopų košė su varške (9 proc. rie.) (tausojantis)            | 35462   | 110/20         | 6,56                                | 4,50     | 25,95           | 170,50        |
| Ruginė duona su sviestu (82 proc. rie.), virta kalakutų filė ir agurku | 15892   | 35/7/<br>38/20 | 10,07                               | 8,41     | 16,59           | 182,38        |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                          | 332     | 200            | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                    |         |                | 16,63                               | 12,91    | 42,54           | 352,89        |

| Pietūs 12:00 val.                                                                   |         |                |                                     |          |                 |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                               | Rp. Nr. | Išeiga         | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                     |         |                | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Sriuba su bulvėmis ir miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)                | 46555   | 150            | 2,28                                | 3,27     | 17,81           | 109,82        |
| Ruginė duona su sėklomis                                                            | 20880   | 45             | 4,10                                | 1,85     | 20,88           | 116,51        |
| Troškinta vištienos filė su daržovėmis, žalumynais ir grietinėle (30-36 proc. rie.) | 43112   | 60/29/<br>4/12 | 22,32                               | 4,59     | 6,58            | 156,9         |
| 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          |
| Iš viso maitinimui:                                                                 |         |                | 32,32                               | 14,04    | 73,63           | 550,17        |

| Vakarienė 15:30 val.                                        |         |        |                                     |          |                 |               |
|-------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                       | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                             |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Plikytų ryžių košė su sviestu (82 proc. rie.) (tausojantis) | 34108   | 140/10 | 4,56                                | 8,42     | 41,55           | 260,22        |
| 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:                                         |         |        | 5,47                                | 8,68     | 63,79           | 355,17        |
| Iš viso dienai:                                             |         |        | 54,42                               | 35,63    | 179,96          | 1258,23       |

1 savaitė  
Trečiadienis



| Pusryčiai 08:30 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                                                       | 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. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                               |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Lęšių ir daržovių sriuba su krapais (augalinis) (tausojantis) | 54381   | 150    | 4,63                                | 2,23     | 15,80           | 101,74        |
| Ruginė duona                                                  | 224     | 45     | 2,75                                | 0,45     | 20,52           | 97,11         |
| Jautienos ir kiaulienos kumpių maltinukas (tausojantis)       | 35214   | 80     | 16,67                               | 6,38     | 7,66            | 154,75        |
| 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          |
| Iš viso maitinimui:                                           |         |        | 26,68                               | 13       | 64,88           | 483,22        |

| Vakarienė 15:30 val.                                                    |         |           |                                     |          |                 |               |
|-------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                   | Rp. Nr. | Išeiga    | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                         |         |           | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Daržovių troškiny su žirniais ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis) | 28161   | 108/50 /7 | 9,48                                | 9,21     | 38,30           | 274,02        |
| Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)                                          | 2945    | 20        | 5,34                                | 4,16     | 0,08            | 59,12         |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                           | 332     | 200       | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                     |         |           | 14,82                               | 13,37    | 38,38           | 333,15        |
| Iš viso dienai:                                                         |         |           | 49,63                               | 34,55    | 159,2           | 1146,23       |



1 savaitė  
Ketvirtadienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                                                  |         |         |                                     |          |                 |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                 | Rp. Nr. | Išveiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                       |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Pieniška trijų grūdų (avižų, miežių, kviečių) dribsnių košė su cinamonu (tausojantis) | 34627   | 169/1   | 6,09                                | 2,52     | 28,83           | 162,35        |
| Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir ekologišku varškės sūriu (13 proc. rieb.)   | 19090   | 35/7/28 | 8,46                                | 10,19    | 19,75           | 204,53        |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                                         | 332     | 200     | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                                   |         |         | 14,55                               | 12,71    | 48,58           | 366,89        |

| Pietūs 12:00 val.                                                            |         |         |                                     |          |                 |               |
|------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                        | Rp. Nr. | Išveiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                              |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Daržovių ir perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)                 | 46557   | 150     | 4,74                                | 3,32     | 21,62           | 135,28        |
| Virtų bulvių cepelinai su kalakutienos kumpelių/šlaunelių mėsa (tausojantis) | 42517   | 145/55  | 13,48                               | 7,26     | 49,59           | 317,64        |
| Grietinė (30 proc. rieb.)                                                    | 16248   | 15      | 0,39                                | 4,50     | 0,41            | 43,68         |
| Šviežių/konservuotų agurkų, morkų ir paprikų juostelės                       | 3893    | 105     | 0,94                                | 0,11     | 7,80            | 35,90         |
| Vanduo su citrina                                                            | 19120   | 200     | 0,08                                | 0,02     | 0,75            | 3,52          |
| Iš viso maitinimui:                                                          |         |         | 19,63                               | 15,21    | 80,17           | 536,02        |

| Vakarienė 15:30 val.                                 |         |         |                                     |          |                 |               |
|------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                | Rp. Nr. | Išveiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                      |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Varškė (9 proc. rieb.) su bananais                   | 21233   | 100/100 | 17,7                                | 9,4      | 25,4            | 257           |
| Ekologiškas natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.) | 24617   | 20      | 0,86                                | 0,76     | 0,96            | 14,12         |
| Vaisiai pagal sezoną                                 | 79429   | 130     | 2,6                                 | 0        | 10,4            | 52            |
| Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina             | 27403   | 200     | 0,07                                | 0,02     | 0,64            | 3,03          |
| Iš viso maitinimui:                                  |         |         | 21,23                               | 10,18    | 37,4            | 326,15        |
| Iš viso dienai:                                      |         |         | 55,41                               | 38,1     | 166,15          | 1229,06       |

1 savaitė  
Penktadienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                                                             |         |                |                                     |          |                 |               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                            | Rp. Nr. | Išeiga         | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                                  |         |                | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Pieniška avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis) | 29410   | 176/<br>20/1/3 | 8,31                                | 7,12     | 32,84           | 228,65        |
| Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir agurku                                                 | 18401   | 35/7/<br>15    | 2,94                                | 6,55     | 19,17           | 147,33        |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                                                    | 332     | 200            | 0                                   | 0        | 0               | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                                              |         |                | 11,25                               | 13,67    | 52,01           | 375,99        |

| Pietūs 12:00 val.                                                           |         |        |                                     |          |                 |               |
|-----------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                       | Rp. Nr. | Išeiga | 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         |
| Ruginė duona                                                                | 13633   | 30     | 1,83                                | 0,30     | 13,68           | 64,74         |
| Garuose keptas lydekų filė maltinis su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis) | 22611   | 63/12  | 18,31                               | 8,06     | 4,7             | 164,6         |
| Bulvių košė (tausojantis)                                                   | 19214   | 100    | 2,92                                | 5,44     | 24,83           | 159,99        |
| 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          |
| Iš viso maitinimui:                                                         |         |        | 27,08                               | 19,33    | 56,61           | 508,81        |

| Vakarienė 15:30 val.                              |         |        |                                     |          |                 |               |
|---------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                             | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Pieniška miltinių kukulaičių sriuba (tausojantis) | 71199   | 200    | 7,13                                | 7,99     | 31,57           | 226,67        |
| Skrebutis                                         | 13636   | 10     | 1,6                                 | 0,46     | 10,68           | 53,26         |
| Liofilizuotos uogos                               | 78698   | 6      | 0,24                                | 0,24     | 2,52            | 13,2          |
| Vaisiai pagal sezoną                              | 75431   | 120    | 0,48                                | 0        | 11,88           | 49,44         |
| Iš viso maitinimui:                               |         |        | 9,45                                | 8,69     | 56,65           | 342,57        |
| Iš viso dienai:                                   |         |        | 47,78                               | 41,69    | 165,27          | 1227,37       |



2 savaitė  
Pirmadienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                                                |         |             |                                     |          |                 |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                               | Rp. Nr. | Išeiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                     |         |             | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Grikių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)                        | 21730   | 174/6       | 5,07                                | 6,16     | 27,77           | 186,79        |
| Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir ekologišku varškės sūriu (13 proc. rieb.) | 19090   | 35/7/<br>28 | 8,46                                | 10,19    | 19,75           | 204,53        |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                                       | 332     | 200         | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                                 |         |             | 13,53                               | 16,35    | 47,52           | 391,33        |

| Pietūs 12:00 val.                                                          |         |        |                                     |          |                 |               |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                            |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Pomidorinė sriuba (augalinis) (tausojantis)                                | 93218   | 150    | 1,44                                | 6,07     | 14,59           | 118,77        |
| Ruginė duona                                                               | 224     | 45     | 2,75                                | 0,45     | 20,52           | 97,11         |
| Garuose kepta vištienos kumpelių šlaunelių mėsa (tausojantis)              | 41566   | 80     | 19,59                               | 9,48     | 0,03            | 163,78        |
| Biri plikytų ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)          | 35173   | 84/1   | 2,47                                | 1,10     | 22,63           | 110,32        |
| 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:                                                        |         |        | 27,26                               | 18,59    | 63,32           | 529,65        |

| Vakarienė 15:30 val.                                         |         |        |                                     |          |                 |               |
|--------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                        | Rp. Nr. | Išeiga | 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        |
| 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:                                          |         |        | 3,74                                | 10,42    | 45,92           | 292,42        |
| Iš viso dienai:                                              |         |        | 44,53                               | 45,36    | 156,76          | 1213,4        |

2 savaitė  
Antradienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                                                        |         |               |                                     |          |                 |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                       | Rp. Nr. | Išveiga       | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                             |         |               | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Miežinių kruopų košė su morkomis ir smulkintomis moliūgų sėklomis (augalinis) (tausojantis) | 35192   | 171/<br>17/12 | 6,67                                | 6,32     | 36,75           | 230,59        |
| Vaisių asorti pagal sezoną                                                                  | 20530   | 120           | 0,88                                | 0,44     | 20,12           | 87,96         |
| Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)                                                              | 2945    | 20            | 5,34                                | 4,16     | 0,08            | 59,12         |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                                               | 332     | 200           | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                                         |         |               | 12,89                               | 10,92    | 56,95           | 377,68        |

| Pietūs 12:00 val.                                                         |         |               |                                     |          |                 |               |
|---------------------------------------------------------------------------|---------|---------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                     | Rp. Nr. | Išveiga       | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                           |         |               | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Daržovių sriuba su perlinėmis kruopomis ir kiaulienos mente (tausojantis) | 71925   | 118/<br>12/20 | 5,13                                | 7,53     | 15,15           | 148,89        |
| Ruginė duona su sėklomis                                                  | 20895   | 45            | 4,10                                | 1,85     | 20,88           | 116,51        |
| Bulvių plokštainis                                                        | 28235   | 120           | 3,69                                | 5,25     | 33,57           | 196,31        |
| Grietinė (30 proc. rieb.)                                                 | 24488   | 20            | 0,52                                | 6,00     | 0,54            | 58,24         |
| 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          |
| Iš viso maitinimui:                                                       |         |               | 14,62                               | 20,73    | 76,06           | 549,23        |

| Vakarienė 15:30 val.                                                                               |         |               |                                     |          |                 |               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                              | Rp. Nr. | Išveiga       | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                                    |         |               | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Varškė (9 proc. rieb.) su šviežiomis/šaldytomis uogomis ir graikišku jogurtu (iki 0,2 proc. rieb.) | 21235   | 100/50<br>/50 | 21,55                               | 9,3      | 11,73           | 216,8         |
| Vaisių asorti pagal sezoną                                                                         | 20530   | 120           | 0,88                                | 0,44     | 20,12           | 87,96         |
| Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina                                                           | 27403   | 200           | 0,07                                | 0,02     | 0,64            | 3,03          |
| Iš viso maitinimui:                                                                                |         |               | 22,5                                | 9,76     | 32,49           | 307,79        |
| Iš viso dienai:                                                                                    |         |               | 50,01                               | 41,41    | 165,5           | 1234,7        |



2 savaitė  
Trečiadienis



| Pusryčiai 08:30 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        |
| Ruginė duona su sėklomis                                                   | 20882   | 30     | 2,73                                | 1,23     | 13,92           | 77,67         |
| Švieži/rauginti agurkai                                                    | 24318   | 40     | 0,33                                | 0,08     | 1,12            | 6,54          |
| Džiovinti vaisiai                                                          | 69453   | 15     | 0,53                                | 0,2      | 8,25            | 36,86         |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                              | 332     | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                        |         |        | 10,43                               | 9,53     | 62,79           | 378,65        |

| 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        |
| Ruginė duona                                                                                | 13634   | 25       | 1,53                                | 0,25     | 11,40           | 53,95         |
| Vištienos filė ir daržovių blyneliai                                                        | 42523   | 90/40    | 18,67                               | 5,35     | 10,61           | 165,24        |
| Ekologiško natūralaus jogurto (iki 3,8 proc. rieb.) ir žalumynų (krapų, petražolių) padažas | 24602   | 33/2     | 1,46                                | 1,17     | 2,04            | 24,54         |
| Troškinti plikyti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)                             | 23425   | 95       | 2,56                                | 1,44     | 23,41           | 116,85        |
| Daržovių (agurkų, morkų, paprikų) rinkinukas                                                | 26012   | 45/40/45 | 1,12                                | 0,13     | 8,44            | 39,39         |
| Vanduo su citrina                                                                           | 19120   | 200      | 0,08                                | 0,02     | 0,75            | 3,52          |
| Iš viso maitinimui:                                                                         |         |          | 28,56                               | 11,65    | 73,65           | 513,65        |

| 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:                                                          |         |        | 58,86                               | 34,4     | 173,93          | 1240,76       |

2 savaitė  
Ketvirtadienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                                                             |         |                |                                     |          |                 |               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                            | Rp. Nr. | Išeiga         | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                                  |         |                | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.), cinamonu ir razinomis (tausojantis) | 34960   | 180/7<br>/1/12 | 9,62                                | 11,05    | 42,25           | 306,96        |
| Orkaitėje keptas obuolys su varškės (9 proc. rieb.) įdaru (tausojantis)                          | 24919   | 82/18          | 3,19                                | 1,64     | 13,25           | 80,54         |
| Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina                                                         | 27403   | 200            | 0,07                                | 0,02     | 0,64            | 3,03          |
| Iš viso maitinimui:                                                                              |         |                | 12,88                               | 12,71    | 56,14           | 390,53        |

| Pietūs 12:00 val.                                                                                            |         |             |                                     |          |                 |               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                                        | Rp. Nr. | Išeiga      | 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)                                             | 24802   | 48/37       | 15,63                               | 15,42    | 2,77            | 212,34        |
| Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)                                                                     | 23797   | 100         | 4,41                                | 1,09     | 24,26           | 124,43        |
| Daržovių (agurkų, pomidorų, žiedinių kopūstų) salotos su alyvuogių aliejumi ir smulkintomis moliūgų sėklomis | 79972   | 106/2/<br>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:                                                                                          |         |             | 27,35                               | 24,67    | 54,65           | 550,02        |

| Vakarienė 15:30 val.                                                       |         |        |                                     |          |                 |               |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                            |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Kvietinių miltų blynėliai su kefyru (2,5 proc. rieb.)                      | 27322   | 60/50  | 7,7                                 | 11,33    | 44,79           | 311,9         |
| Graikiškas jogurtas (iki 0,2 proc. rieb.) su šviežiomis/šaldytomis uogomis | 24237   | 25/20  | 2,39                                | 0,13     | 2,11            | 19,15         |
| 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:                                                        |         |        | 10,65                               | 11,62    | 61,3            | 392,34        |
| Iš viso dienai:                                                            |         |        | 50,88                               | 49       | 172,09          | 1332,89       |



2 savaitė  
Penktadienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                                                                          |         |               |                                     |          |                 |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                                         | Rp. Nr. | Išeiga        | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                                               |         |               | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Pieniška ilgagrūdžių ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir smulkintais džiovintais vaisiais (tausojantis) | 35232   | 184/6<br>/10  | 6,30                                | 7,76     | 43,09           | 267,37        |
| Ruginė duona su sėklomis, sviestu (82 proc. rieb.), agurku ir krapais                                         | 91      | 30/5<br>/24/1 | 2,96                                | 5,34     | 14,70           | 118,71        |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                                                                 | 332     | 200           | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                                                           |         |               | 9,26                                | 13,10    | 57,80           | 386,08        |

| Pietūs 12:00 val.                                                      |         |             |                                     |          |                 |               |
|------------------------------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp. Nr. | Išeiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                        |         |             | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)      | 46567   | 150         | 1,63                                | 2,68     | 13,26           | 83,65         |
| Ruginė duona                                                           | 13634   | 25          | 1,53                                | 0,25     | 11,40           | 53,95         |
| Garuose keptas lašišos filė kepsnys (tausojantis)                      | 23314   | 90          | 23,30                               | 16,92    | 1,06            | 249,72        |
| Kuskuso kruopų košė su daržovėmis ir krapais (augalinis) (tausojantis) | 24009   | 70/<br>19/1 | 1,93                                | 3,12     | 12,09           | 84,17         |
| 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:                                                    |         |             | 32,1                                | 24,6     | 45,83           | 533,13        |

| Vakarienė 15:30 val.                |         |        |                                     |          |                 |               |
|-------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas               | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                     |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Bulvių košė (tausojantis)           | 20709   | 180    | 3,80                                | 7,22     | 32,52           | 210,28        |
| Kefyras/rūgpienis (2,5 proc. rieb.) | 19122   | 180    | 5,76                                | 4,5      | 8,64            | 98,1          |
| Vaisiai pagal sezoną                | 49940   | 80     | 0,80                                | 0,32     | 18,72           | 80,96         |
| Iš viso maitinimui:                 |         |        | 10,36                               | 12,04    | 59,88           | 389,34        |
| Iš viso dienai:                     |         |        | 51,71                               | 49,74    | 163,51          | 1 308,55      |

3 savaitė  
Pirmadienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                                                                   |         |             |                                     |          |                 |               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                                  | Rp. Nr. | Išeiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                                        |         |             | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir smulkintomis saulėgrąžomis (tausojantis) | 29435   | 172/<br>4/4 | 7,28                                | 7,27     | 34,52           | 232,64        |
| Orkaitėje keptas sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45-50                    | 49      | 35/5<br>/10 | 5,12                                | 7,29     | 17,87           | 157,50        |
| Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina                                                               | 27403   | 200         | 0,07                                | 0,02     | 0,64            | 3,03          |
| Iš viso maitinimui:                                                                                    |         |             | 12,47                               | 14,57    | 53,03           | 393,17        |

| Pietūs 12:00 val.                                                          |         |        |                                     |          |                 |               |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                            |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Žirnių sriuba su bulvėmis, morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis) | 46568   | 150    | 3,92                                | 3,19     | 15,10           | 104,79        |
| Ruginė duona                                                               | 13634   | 25     | 1,53                                | 0,25     | 11,40           | 53,95         |
| Plikytų ryžių plovas su kiaulienos sprandine (tausojantis)                 | 45953   | 100/55 | 13,38                               | 19,39    | 31,9            | 355,65        |
| 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:                                                        |         |        | 19,71                               | 23,05    | 61,9            | 533,91        |

| Vakarienė 15:30 val.                                        |         |        |                                     |          |                 |               |
|-------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                       | Rp. Nr. | Išeiga | 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        |
| Kefyras/rūgpienis (2,5 proc. rieb.)                         | 19122   | 180    | 5,76                                | 4,5      | 8,64            | 98,1          |
| Vaisiai pagal sezoną                                        | 68706   | 120    | 0,48                                | 0        | 11,88           | 49,44         |
| Iš viso maitinimui:                                         |         |        | 10,36                               | 11,99    | 60,12           | 389,82        |
| Iš viso dienai:                                             |         |        | 42,54                               | 49,61    | 175,05          | 1316,9        |



3 savaitė  
Antradienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                                                   |         |         |                                     |          |                 |               |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                  | Rp. Nr. | Išeiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                        |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Tiršta pieniška manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir cinamonu (tausojantis) | 34502   | 243/6/1 | 8,87                                | 8,16     | 42,23           | 277,89        |
| 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:                                                                    |         |         | 9,82                                | 8,47     | 63,91           | 371,16        |

| Pietūs 12:00 val.                                                            |         |        |                                     |          |                 |               |
|------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                        | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                              |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Miežinių kruopų ir daržovių sriuba su petražolėmis (augalinis) (tausojantis) | 433     | 150    | 4,17                                | 3,33     | 22,07           | 134,93        |
| Ruginė duona                                                                 | 13634   | 25     | 1,53                                | 0,25     | 11,40           | 53,95         |
| Orkaitėje keptas vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos maltinis (tausojantis)   | 40642   | 70     | 13,94                               | 9,16     | 3,6             | 152,63        |
| 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          |
| Iš viso maitinimui:                                                          |         |        | 24,91                               | 19,34    | 60,13           | 514,25        |

| Vakarienė 15:30 val.                                                |         |        |                                     |          |                 |               |
|---------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                               | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                     |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Daržovių sriuba su kiaulienos sprandinės kukulaičiais (tausojantis) | 71248   | 90/60  | 9,58                                | 12,41    | 21,14           | 234,61        |
| Ruginė duona su sėklomis                                            | 20882   | 30     | 2,73                                | 1,23     | 13,92           | 77,67         |
| Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)                                      | 2945    | 20     | 5,34                                | 4,16     | 0,08            | 59,12         |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                       | 332     | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                 |         |        | 17,65                               | 17,8     | 35,14           | 371,41        |
| Iš viso dienai:                                                     |         |        | 52,38                               | 45,61    | 159,18          | 1256,82       |



3 savaitė  
Trečiadienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                                                                                               |         |                |                                     |          |                 |               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                                                              | Rp. Nr. | Išeiga         | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                                                                                    |         |                | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Pieniška penkių grūdų (avižų, kviečių, grikių, miežių, rugių) dribsnių košė su razinomis ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis) | 29436   | 170/<br>5/5    | 6,72                                | 7,05     | 36,17           | 234,97        |
| Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.), virta vištienos file ir agurku                                                           | 19088   | 30/6/<br>45/19 | 12,03                               | 5,22     | 14,31           | 152,31        |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                                                                                      | 332     | 200            | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                                                                                |         |                | 18,75                               | 12,27    | 50,48           | 387,29        |

| Pietūs 12:00 val.                                                          |         |        |                                     |          |                 |               |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                            |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Daržovių sriuba su kuskusu ir petražolėmis (augalinis) (tausojantis)       | 72214   | 150    | 1,29                                | 2,57     | 9,30            | 65,53         |
| Ruginė duona                                                               | 13634   | 25     | 1,53                                | 0,25     | 11,40           | 53,95         |
| Troškintas jautienos kumpio ir kiaulienos mentės maltinukas (tausojantis)  | 33850   | 40/35  | 16,28                               | 12,86    | 3,64            | 195,43        |
| Virti plikyti ryžiai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis) (tausojantis) | 4372    | 80     | 3,53                                | 0,17     | 30,42           | 137,37        |
| Morkų salotos su smulkintomis 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:                                                        |         |        | 24,78                               | 20,25    | 64,34           | 538,78        |

| Vakarienė 15:30 val.                                                      |         |        |                                     |          |                 |               |
|---------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                     | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                           |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Kepti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.)                                   | 20427   | 110    | 16,85                               | 13,98    | 25,97           | 297,04        |
| Graikiškas jogurtas (iki 0,2 proc. rieb.) su šviežiomis/šaldytais uogomis | 24237   | 25/20  | 2,39                                | 0,13     | 2,11            | 19,15         |
| Vaisiai pagal sezoną                                                      | 47025   | 80     | 0,56                                | 0,16     | 14,40           | 61,28         |
| Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina                                  | 27403   | 200    | 0,07                                | 0,02     | 0,64            | 3,03          |
| Iš viso maitinimui:                                                       |         |        | 19,87                               | 14,29    | 43,12           | 380,5         |
| Iš viso dienai:                                                           |         |        | 63,4                                | 46,81    | 157,94          | 1306,57       |



3 savaitė  
Ketvirtadienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                                    |         |        |                                     |          |                 |               |
|-------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                   | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                         |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Pieniška perlinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis) | 402     | 176/4  | 5,66                                | 5,51     | 32,52           | 202,32        |
| Grūdėta varškė (7 proc. rieb.)                                          | 3923    | 60     | 7,2                                 | 4,2      | 1,62            | 73,08         |
| Trintos šaldytos/šviežios uogos                                         | 24251   | 25     | 0,15                                | 0,09     | 4,17            | 18,10         |
| Nesaldinta vaistažolių arbata                                           | 332     | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01          |
| Iš viso maitinimui:                                                     |         |        | 13,01                               | 9,8      | 38,31           | 293,51        |

| Pietūs 12:00 val.                                                             |         |        |                                     |          |                 |               |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                         | Rp. Nr. | Išeiga | 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)         | 34659   | 130/70 | 14,24                               | 17,09    | 42,81           | 382,01        |
| Graikiško jogurto (iki 0,2 proc. rieb.) ir grietinės (30 proc. rieb.) padažas | 29217   | 11/9   | 1,21                                | 2,72     | 0,73            | 32,24         |
| 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          |
| Iš viso maitinimui:                                                           |         |        | 18,72                               | 21,93    | 64,55           | 530,38        |

| 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                                                       | 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:                                                            |         |        | 39,63                               | 39,88    | 155,87          | 1140,92       |

3 savaitė  
Penktadienis



| Pusryčiai 08:30 val.                                             |         |        |                                     |          |                 |               |
|------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                            | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                                  |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Biri grikių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis) | 34152   | 125    | 5,1                                 | 3,97     | 27,78           | 167,31        |
| Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)                         | 13627   | 35/5   | 2,16                                | 4,45     | 16,00           | 112,69        |
| Vaisiai pagal sezoną                                             | 47028   | 200    | 0,60                                | 0,60     | 24,20           | 104,60        |
| Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina                         | 27403   | 200    | 0,07                                | 0,02     | 0,64            | 3,03          |
| Iš viso maitinimui:                                              |         |        | 7,93                                | 9,04     | 68,62           | 387,63        |

| 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         |
| Ruginė duona                                                                       | 13633   | 30     | 1,83                                | 0,30     | 13,68           | 64,74         |
| Garuose keptas lydekų filė ir lašišos filė maltinukas (tausojantis)                | 22632   | 48/22  | 21,37                               | 8,23     | 5,18            | 180,2         |
| Bulvių košė (tausojantis)                                                          | 19214   | 100    | 2,92                                | 5,44     | 24,83           | 159,99        |
| 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          |
| Iš viso maitinimui:                                                                |         |        | 30,53                               | 18,04    | 61,89           | 531,95        |

| Vakarienė 15:30 val.                                 |         |        |                                     |          |                 |               |
|------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Patiekalo pavadinimas                                | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |               |
|                                                      |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos |
| Pieniška avižinių dribsnių sriuba (tausojantis)      | 765     | 200    | 8,12                                | 6,87     | 25,39           | 195,85        |
| Ruginė duona su sėklomis ir sviestu (82 proc. rieb.) | 20702   | 35/6   | 3,22                                | 6,36     | 16,29           | 135,21        |
| 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:                                  |         |        | 11,88                               | 13,35    | 43,72           | 342,47        |
| Iš viso dienai:                                      |         |        | 50,34                               | 40,43    | 174,23          | 1262,05       |