Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

TVIRTINU
Kauno lopšelis-darželis „Vaikystė“
Regina Beinorienė
Direktorė

2023-09-01

Kauno lopšelis – darželis „Vaikystė“

Partizanų g. 42, Kaunas 49484

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

(Alergija karvės pienui, kiaušinio baltymui, ankštiniams, miežiams ir avižoms)

1-3 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo _7:00_ iki_19:00_ val

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sorgo kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	25447	157/3	3,54	3,52	26,42	151,48
Agurkai (švieži arba marinuoti)	1592	50	0,40	0,10	1,38	8,00
Sezoniniai vaisiai		80	0,80	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**4,74**	**3,94**	**46,52**	**240,47**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta agurkinė sriuba (augalinė, tausojanti)	45865	100	1,01	2,78	9,17	65,70
Duona ruginė	1889	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Troškinta kiaulienos sprandinė (tausojantis)	18049	70	12,71	17,30	0,38	208,04
Virtos bulvės (tausojantis)	1837	50	1,05	0,05	10,34	46,04
Salota aisbergo	32317	40	0,40	0,04	1,20	6,76
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	21814	20/20	0,34	0,08	1,72	8,96
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**16,78**	**20,46**	**32,33**	**380,55**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinių balandų košė su uogomis ir bananu (augalinis, tausojantis)	18312	80/20/20	5,82	3,00	31,75	177,29
Sezoniniai vaisiai		80	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**6,06**	**3,32**	**43,83**	**229,48**
Iš viso (dienos davinio):			**27,58**	**27,72**	**122,68**	**850,50**

Regina Beinorienė
Direktorė

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burnočio sėklių košė su uogomis ir cinamonu (augalinis, tausojantis)	22466	60/20	4,62	2,01	23,27	129,60
Vaisių ir uogų glotnutis	16904	130	3,16	2,50	15,91	98,83
Sezoniniai vaisiai		100	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**8,48**	**4,71**	**57,18**	**305,06**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sriuba pomidorinė su ryžiais (augalinė, tausojanti)	3728	100	1,21	3,09	10,28	73,79
Duona ruginė	1889	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Vištienos filė ir daržovių troškinys (tausojantis)	21382	90/40	23,67	7,09	3,53	172,61
Keptos bulvės su kario prieskoniais (tausojantis)	9052	100	2,12	4,13	20,77	128,70
Šviežios daržovės ne mažiau trys rūšys	43535	30/30/40	0,91	0,16	3,78	20,20
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**29,18**	**14,68**	**47,89**	**440,35**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	1516	100/30	13,05	9,99	22,49	232,10
Pomidorų padažas	13700	15	0,15	0,00	2,85	12,00
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**13,20**	**9,99**	**25,34**	**244,13**
Iš viso (dienos davinio):			**50,86**	**29,38**	**130,41**	**989,54**

Regina Beinorienė
Direktorė

I savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinių balandų košė su uogomis (augalinis, tausojantis)	21055	80/30	5,75	2,96	31,62	176,12
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,00	11,88	49,44
Nesaldinta kmynų arbata	2723	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			**6,43**	**3,11**	**44,00**	**229,65**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	4267	100	1,37	2,05	9,71	62,82
Duona ruginė	1889	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Kiaulienos kumpinė su troškintais kopūstais (tausojantis)	18234	90/50	18,02	13,18	4,35	208,13
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	9813	72/8	1,52	1,45	15,02	79,15
Šviežios daržovės ne mažiau trys rūšys	17916	30/30/50	1,01	0,17	4,08	21,89
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**23,19**	**17,06**	**42,68**	**417,03**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškė (9 proc. rieb.)	15541	130	20,71	11,16	8,45	217,07
Grietinė (30 proc. rieb.)	5951	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Nesaldinta arbatžolių arbata	2220	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**21,10**	**15,66**	**8,86**	**260,77**
Iš viso (dienos davinio):			**50,72**	**35,83**	95,54	907,45

Regina Beinorienė
Direktorė

I savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	17471	138/2	6,05	3,31	33,26	187,02
Plėšomos sūrio lazdelės (40 proc. rieb.)	9936	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**16,73**	**11,63**	**33,43**	**305,29**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių sriuba (tausojanti)	38237	100	1,35	4,10	8,82	77,57
Viso grūdo batono skrebutis	8200	15	1,20	0,35	8,01	39,95
Orkaitėje kepta jūros lydeka file (tausojantis)	11890	70	17,94	5,40	0,08	120,63
Virtos bulvės (tausojantis)	1837	50	1,05	0,05	10,34	46,04
Virtų burokėlių salotos su obuolias ir aliejaus padažu (tausojantis)	43028	60	0,58	3,15	5,51	52,74
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	23586	10/10	0,17	0,04	0,86	4,48
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**22,34**	**13,09**	**34,03**	**343,29**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių troškinys su kiaulienos kumpine (tausojantis)	28377	70/45	13,20	11,30	13,04	206,64
Sezoniniai vaisiai		70	0,49	0,14	12,60	53,62
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**13,69**	**11,44**	**25,64**	**260,28**
Iš viso (dienos davinio):			**52,76**	**36,16**	**93,10**	**908,86**

Regina Beinorienė
Direktorė

I savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta varškė (9 proc. rieb.)	15101	130	19,30	13,26	8,52	230,61
Nesaldinta arbatžolių arbata	2220	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Sezoniniai vaisiai		80	0,80	0,32	18,72	80,96
Iš viso maitinimui:			**20,10**	**13,58**	**27,24**	**311,59**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sriuba su kiaulienos sprandinės gabaliukais (tausojanti)	46444	100/15	4,08	5,63	6,54	93,12
Bulviai blynai su kiaulienos sprandinės faršu	19166	140/20	7,75	14,10	35,92	301,61
Šviežios daržovės ne mažiau trys rūšys	43025	20/25/30	0,69	0,13	2,91	15,57
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**12,56**	**19,87**	**45,78**	**412,18**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė su aliejumi ir uogomis (augalinis, tausojantis)	19032	130/2/18	2,96	2,22	32,69	162,55
Kukurūzų traputis su sviestu (82 proc. rieb.) ir varškės (45 proc. rieb.)	12707	8/2/15	4,27	5,38	6,06	89,73
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**7,23**	**7,60**	**38,75**	**252,30**
Iš viso (dienos davinio):			**39,89**	**41,05**	111,77	976,07

Regina Beinorienė
Direktorė

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinių balandų košė su uogomis (augalinis, tausojantis)	21055	80/30	5,75	2,96	31,62	176,12
Sezoniniai vaisiai		80	0,80	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**6,55**	**3,28**	**50,34**	**257,11**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su kopūstais ir bulvėmis (tausojanti)	66828	150	1,58	1,58	12,66	71,23
Grietinė (30 proc. rieb.)	1405	5	0,13	1,50	0,14	14,56
Duona ruginė	1889	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Jautienos ir kiaulienos kumpio kukulis (tausojantis)	18061	40/30	16,61	7,86	0,66	139,82
Makaronai virti (tausojantis)	1869	40	3,69	0,79	14,26	78,85
Aisbergo salotos su pomidorais ir špinatų lapais	47639	50	0,68	1,30	2,42	24,13
Agurkai (švieži arba marinuoti)	32318	20	0,14	0,00	0,56	2,80
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**24,09**	**13,24**	**40,22**	**376,45**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių troškinys su kiaulienos kumpinės faršu (tausojantis)	21653	170/70	21,40	11,66	20,48	272,41
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**21,40**	**11,66**	**20,48**	**272,44**
Iš viso (dienos davinio):			**52,04**	**28,18**	**111,04**	**906,00**

Regina Beinorienė
Direktorė

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė su aliejumi ir uogomis (augalinis, tausojantis)	22087	150/2/18	3,39	2,24	36,91	181,33
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,00	11,88	49,44
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**3,87**	**2,24**	**48,79**	**230,80**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	4267	100	1,37	2,05	9,71	62,82
Duona ruginė	1889	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Orkaitėje kepta jūros lydeka file (tausojantis)	11890	70	17,94	5,40	0,08	120,63
Keptos bulvės su kario prieskoniais (tausojantis)	9052	100	2,12	4,13	20,77	128,70
Virtų burokėlių salotos su raugintais agurkais (tausojantis)	72919	70	0,89	2,61	5,12	47,47
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	47764	10/10	0,19	0,06	1,25	6,30
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**23,77**	**14,45**	**46,45**	**410,97**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	1516	100/30	13,05	9,99	22,49	232,10
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**13,05**	**9,99**	**22,49**	**232,13**
Iš viso (dienos davinio):			**40,69**	**26,68**	117,73	873,90

Regina Beinorienė
Direktorė

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškė (9 proc. rieb.)	15541	130	20,71	11,16	8,45	217,07
Nesaldinta kmynų arbata	2723	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Sezoniniai vaisiai		100	0,70	0,20	18,00	76,60
Iš viso maitinimui:			**21,61**	**11,51**	**26,95**	**297,77**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (augalinė, tausojanti)	3944	100	0,73	2,68	3,35	40,40
Duona ruginė	1889	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpine (tausojantis)	18122	100/50	14,81	8,10	30,03	252,24
Grietinė (30 proc. rieb.)	5951	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Agurkai marinuoti	1592	50	0,40	0,10	1,38	8,00
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	21814	20/20	0,34	0,08	1,72	8,96
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**17,93**	**15,67**	**46,40**	**398,32**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	31961	128/2	5,62	3,20	30,91	174,93
Kukurūzų traputis su sviestu (82 proc. rieb.) ir varškės (45 proc. rieb.)	12707	8/2/15	4,27	5,38	6,06	89,73
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**9,89**	**8,58**	**36,97**	**264,69**
Iš viso (dienos davinio):			**49,43**	**35,76**	**110,32**	**960,78**

Regina Beinorienė
Direktorė

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Košė kukurūzų kruopų piurė su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	3650	100	4,80	5,40	20,08	148,13
Kepti sumuštiniai su varške (9 proc. rieb.) ir obuoliais	3883	20/20/10	4,98	2,26	12,15	88,90
Sezoniniai vaisiai		100	0,90	0,10	11,70	51,30
Nesaldinta arbatžolių arbata	2220	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**10,69**	**7,76**	**43,93**	**288,35**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Brokolių sriuba (augalinė, tausojanti)	38066	100	1,41	2,22	9,42	63,28
Duona ruginė	1889	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Troškintas jautienos kumpis su daržovėmis (tausojantis)	9650	50/60	18,35	8,10	6,12	170,80
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	9813	72/8	1,52	1,45	15,02	79,15
Šviežios daržovės ne mažiau trys rūšys	17916	30/30/50	1,01	0,17	4,08	21,89
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**23,56**	**12,15**	**44,16**	**380,17**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burnočio sėklių košė (augalinis, tausojantis)	22089	100	7,45	3,70	33,00	195,10
Sezoniniai vaisiai		80	0,72	0,08	9,36	41,04
Nesaldinta arbatžolių arbata su citrina	2626	150	0,05	0,01	0,40	1,91
Iš viso maitinimui:			**8,22**	**3,79**	**42,76**	**238,05**
Iš viso (dienos davinio):			**42,47**	**23,70**	**130,85**	**906,57**

Regina Beinorienė
Direktorė

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinių balandų košė su uogomis (augalinis, tausojantis)	24179	70/40	5,11	2,66	29,25	161,34
Sezoniniai vaisiai		110	0,33	0,44	16,61	71,72
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**5,44**	**3,10**	**45,86**	**233,09**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sriuba su kiaulienos sprandinės gabaliukais (tausojanti)	46444	100/15	4,08	5,63	6,54	93,12
Kukurūzų trapučiai	2254	16	1,47	0,88	11,60	60,21
Vištienos filė maltinis (tausojantis)	21130	80	21,11	6,10	0,39	140,94
Virtos bulvės (tausojantis)	1837	50	1,05	0,05	10,34	46,04
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	72920	70	0,70	3,64	3,29	48,74
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**28,45**	**16,32**	**32,57**	**390,94**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė su aliejumi ir uogomis (augalinis, tausojantis)	20919	130/2/15	2,93	2,20	30,16	152,18
Vaisių ir uogų glotnutis	16904	130	3,16	2,50	15,91	98,83
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**6,10**	**4,71**	**46,07**	**251,04**
Iš viso (dienos davinio):			**39,99**	**24,13**	**124,50**	**875,07**

Regina Beinorienė
Direktorė

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojanti)	11598	126/4	7,03	4,77	27,12	179,54
Kietas fermentinis sūris (45 proc. rieb.)	12688	20	4,94	5,04	0,44	66,88
Sezoniniai vaisiai		90	0,27	0,36	13,59	58,68
Nesaldinta kmynų arbata	2723	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			**12,43**	**10,32**	**41,65**	**309,19**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojanti)	66833	100	1,51	2,10	11,35	70,35
Grietinė (30 proc. rieb.)	1405	5	0,13	1,50	0,14	14,56
Vištienos filė plovas (tausojantis)	23869	85/65	23,49	5,66	31,46	270,71
Virtų burokėlių salotos su svogūnais ir aliejumi (tausojantis)	47642	50	0,74	2,33	4,52	41,98
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	17915	15/15	0,26	0,06	1,29	6,72
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**26,17**	**11,66**	**49,16**	**406,21**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių troškinys (augalinis, tausojantis)	8004	150	3,02	6,97	18,88	150,32
Viso grūdo batono skrebutis	17493	30	2,40	0,69	16,02	79,89
Varškė (9 proc. rieb.) su kefyru (2,5 proc. rieb.), trintais vaisiais ir uogomis	13152	30/15/10/5	5,62	3,14	4,39	68,31
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**11,04**	**10,80**	**39,29**	**298,55**
Iš viso (dienos davinio):			**49,64**	**32,78**	**130,10**	**1013,95**

Regina Beinorienė
Direktorė

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	31961	128/2	5,62	3,20	30,91	174,93
Kepti obuoliai su cinamonu (augalinis)	22409	100	0,43	0,02	12,53	52,06
Sezoniniai vaisiai		70	0,49	0,14	12,60	53,62
Nesaldinta arbatžolių arbata	2220	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**6,54**	**3,37**	**56,04**	**280,63**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba (augalinė, tausojanti)	30614	100	1,19	3,10	7,24	61,64
Kiaulienos sprandinė troškinta (tausojantis)	18050	80	14,53	19,77	0,43	237,77
Virtos bulvės (tausojantis)	1837	50	1,05	0,05	10,34	46,04
Agurkai (švieži arba marinuoti)	31404	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	24848	20/20	0,38	0,06	1,94	9,82
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**17,40**	**23,00**	**21,20**	**361,35**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virta bolivinė balanda (augalinis, tausojantis)	21895	100	6,85	3,55	28,35	172,75
Uogos (šaldytos arba šviežios)	5907	20	0,18	0,10	2,28	10,74
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,00	11,88	49,44
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**7,51**	**3,65**	**42,51**	**232,96**
Iš viso (dienos davinio):			**31,45**	**30,02**	**119,75**	**874,94**

Regina Beinorienė
Direktorė

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų kruopų košė su alyv. aliejumi (augalinis, tausojantis)	14194	164/6	3,23	5,84	29,26	182,52
Sezoniniai vaisiai		100	0,90	0,10	11,70	51,30
Nesaldinta arbatžolių arbata	2220	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**4,13**	**5,94**	**40,96**	**233,84**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	18767	100	0,92	2,06	7,70	53,00
Grietinė (30 proc. rieb.)	1405	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Kukurūzų trapučiai	2254	16	1,47	0,88	11,60	60,21
Kiaulienos kumpio maltinis (tausojantis)	22012	80	17,26	9,87	1,09	162,26
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	9813	72/8	1,52	1,45	15,02	79,15
Salotos kopūstų morkų su alyvuogių aliejum	3315	60	0,78	2,75	3,63	42,37
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	23586	10/10	0,17	0,04	0,86	4,48
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**22,30**	**18,56**	**40,43**	**417,91**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškė (9 proc. rieb.)	15541	130	20,71	11,16	8,45	217,07
Grietinė (30 proc. rieb.)	1402	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Uogos (šaldytos arba šviežios)	5907	20	0,18	0,10	2,28	10,74
Nesaldinta arbatžolių arbata	2220	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**21,15**	**14,26**	**11,00**	**256,95**
Iš viso (dienos davinio):			**47,58**	**38,76**	92,39	908,70

Regina Beinorienė
Direktorė

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burnočio sėklių košė su uogomis ir cinamonu (augalinis, tausojantis)	21892	50/20	3,91	1,71	21,17	115,68
Karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidoru ir fermentiniu sūriu (45proc. rieb.)	3920	20/5/15/10	5,46	4,28	12,54	110,50
Sezoniniai vaisiai		100	0,40	0,00	9,90	41,20
Nesaldinta arbatžolių arbata	2220	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**9,77**	**5,99**	**43,61**	**267,40**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta brokolių sriuba (augalinė, tausojanti)	18772	100	1,55	5,19	6,15	77,46
Viso grūdo batono skrebutis	8200	15	1,20	0,35	8,01	39,95
Kepta garuose lašiša su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	5163	70	15,14	10,30	0,74	156,19
Virtos bulvės (tausojantis)	1837	50	1,05	0,05	10,34	46,04
Virtų burokėlių salotos su raugintais agurkais (tausojantis)	72919	70	0,89	2,61	5,12	47,47
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	23586	10/10	0,17	0,04	0,86	4,48
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**20,04**	**18,54**	**31,63**	**373,48**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis)	1282	90/30	10,93	7,92	25,48	216,92
Vaisių ir uogų glotnutis	40534	110	2,68	1,97	14,00	84,45
Nesaldinta kmynų arbata	2723	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			**13,80**	**10,04**	**39,97**	**305,46**
Iš viso (dienos davinio):			**43,61**	**34,57**	115,21	946,34

Regina Beinorienė
Direktorė

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių dribsnių košė su aliejum ir uogom (augalinis, tausojantis)	17445	165/5/30	4,17	5,25	47,60	254,31
Sezoniniai vaisiai		80	0,72	0,08	9,36	41,04
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**4,89**	**5,33**	**56,96**	**295,38**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žiedinių kopūstų sriuba su jautienos kumpio gabalėliais (tausojanti)	50089	85/15	4,93	2,60	3,12	55,61
Duona ruginė	17550	15	0,92	0,15	6,84	32,37
Orkaitėje kepti "Žemaičių" blynai su kiaulienos sprandine (tausojantis)	18124	85/25	8,86	11,67	22,71	231,28
Jogurtinė grietinė (10 proc. rieb.)	5614	10	0,29	1,50	0,29	15,82
Šviežių daržovių salotos su alyvuogių aliejumi	18462	70	0,64	2,68	4,10	43,10
Vanduo su citina	2535	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**15,69**	**18,61**	**37,47**	**380,07**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejum (augalinis, tausojantis)	17471	138/2	6,05	3,31	33,26	187,02
Sezoniniai vaisiai		90	0,27	0,36	13,59	58,68
Nesaldinta vaistažolių arbata	2549	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**6,32**	**3,67**	**46,86**	**245,73**
Iš viso (dienos davinio):			**26,90**	**27,61**	**141,29**	**921,18**

Regina Beinorienė
Direktorė