Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

LIETUVOS Kauno lopšelis-darželis „Vaikystė" RESPUBLIKA

TVIRTINU
Regina Beinorienė
Direktorė
2022-06-20

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)

PRITAIKYTO MAITINIMO
15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

(Alergija jautienai, vištienai, kiaušiniui, pienui ir jo produktams, gliutenui, grikiams, avižoms, kukurūzams, ryžiams)

4-7 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.)
Burnočių sėklų košė (augalinis, tausojantis)	21733	100	7,45	3,7	33,00	195,10
Agurkai (švieži arba marinuoti)	1593	70	0,56	0,14	1,93	11,20
Sezoniniai vaisiai		100	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**9,01**	**4,24**	**58,33**	**307,53**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta agurkinė sriuba (augalinė, tausojanti)	44712	100	1,01	2,78	9,17	65,70
Kiaulienos sprandinė troškinta (tausojantis)	18051	90	16,35	22,24	0,49	267,48
Virtos bulvės (tausojantis)	9043	80	1,68	0,08	16,55	73,67
Salota aisbergo	3743	60	0,60	0,06	1,80	10,14
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	18464	25/25	0,43	0,10	2,15	11,20
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**20,11**	**25,27**	**30,55**	**430,08**

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)	13898	120/20/30	8,70	4,48	48,30	268,30
Sezoniniai vaisiai		100	0,30	0,40	15,10	65,20
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**9,00**	**4,88**	**63,40**	**333,53**
Iš viso (dienos davinio):			**38,12**	**34,39**	**152,28**	**1071,14**

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.)
Burnočių sėklų košė su uogomis ir cinamonu (augalinis, tausojantis)	21338	80/20	6,15	2,67	31,86	176,07
Vaisių ir uogų kokteilis	18330	130	1,24	0,59	22,62	100,68
Sezoniniai vaisiai		140	0,98	0,28	25,20	107,24
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**8,37**	**3,53**	**79,69**	**384,02**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba (augalinė, tausojanti)	28542	100	0,87	3,09	7,99	63,21
Kiaulienos kumpinės troškinys (tausojantis)	12725	110/40	20,77	14,51	2,22	222,55
Keptos bulvės su kario prieskoniais (tausojantis)	9052	100	2,12	4,13	20,77	128,70
Šviežios daržovės ne mažiau trys rūšys	43536	35/35/60	1,20	0,20	4,81	25,82
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**25,00**	**21,93**	**36,19**	**442,17**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių troškinys su bolivinėmis balandomis (augalinis, tausojantis)	18639	70/100	7,96	8,69	34,99	250,00
Pomidorų padažas	10819	20	0,20	0,00	3,80	16,00
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,00	11,88	49,44
Nesaldyta arbatžolių arbata	2221	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**8,64**	**8,69**	**50,67**	**315,46**
Iš viso (dienos davinio):			**42,01**	**34,15**	**166,55**	**1141,65**

Regina Beinorienė
Direktorė

1 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)	21130	115/35	7,85	4,08	42,64	238,67
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,00	11,88	49,44
Arbata kmynų	5013	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			**8,53**	**4,23**	**55,02**	**292,20**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sriuba pupelių su bulvėmis (augalinė, tausojanti)	3902	100	2,36	2,16	9,94	68,69
Kiaulienos kumpinė su troškintais kopūstais (tausojantis)	12703	100/76	20,30	19,19	6,94	281,64
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	14544	72/8	1,52	1,45	15,02	79,15
Šviežios daržovės ne mažiau trys rūšys	48596	35/35/60	1,19	0,21	5,42	28,33
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**25,41**	**23,02**	**37,72**	**459,69**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių košė (augalinis, tausojantis)	8342	180	25,40	5,10	54,40	365,10
Nesaldyta arbatžolių arbata	2221	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**25,40**	**5,10**	**54,40**	**365,12**
Iš viso (dienos davinio):			**59,34**	**32,35**	**147,14**	**1117,01**

Regina Beinorienė
Direktorė

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės balandos košė (augalinė, tausojanti)	16238	160	10,96	5,68	45,36	276,40
Sezoniniai vaisiai		80	0,56	0,16	14,40	61,28
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**11,52**	**5,84**	**59,76**	**337,71**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta žaliųjų žirnelių sriuba su daržovėmis (augalinė, tausojanti)	22624	100	1,79	4,16	8,65	79,19
Orkaitėje kepta jūros lydeka (tausojantis)	8467	100	25,82	7,65	0,10	172,52
Keptos bulvės su kario prieskoniais (tausojantis)	9052	100	2,12	4,13	20,77	128,70
Virtų burokėlių salotos su obuolias ir akiejaus padažu (tausojantis)	43027	60	0,58	3,15	5,52	52,75
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	18471	15/15	0,26	0,06	1,29	6,72
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**30,61**	**19,16**	**36,73**	**441,77**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kiaulienos kumpinės troškinys su daržovėmis	12960	96/54	22,49	15,78	14,48	289,93
Sezoniniai vaisiai		80	0,56	0,16	14,40	61,28
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**23,05**	**15,94**	**28,89**	**351,23**
Iš viso (dienos davinio):			**65,18**	**40,94**	**125,38**	**1130,71**

Regina Beinorienė
Direktorė

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių košė su morkomis (augalinis, tausojantis)	16591	100	12,41	1,67	31,76	191,66
Sezoniniai vaisiai		100	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldyta arbatžolių arbata	2221	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**13,41**	**2,07**	**55,16**	**292,88**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sriuba su kiaulienos sprandine (tausojanti)	24741	150/20	5,55	8,88	9,80	141,27
Bulviai blynai su kiaulienos sprandinės faršu	19032	155/25	9,23	16,60	39,91	345,98
Šviežios daržovės ne mažiau trys rūšys	43026	25/30/35	0,83	0,16	3,49	18,65
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**15,65**	**25,65**	**53,59**	**507,79**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burnočių kruopų košė su uogomis ir cinamonu (augalinis, tausojantis)	13904	120/20	9,11	3,94	43,59	246,26
Sezoniniai vaisiai		100	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**10,11**	**4,34**	**66,99**	**347,48**
Iš viso (dienos davinio):			**39,17**	**32,06**	**175,74**	**1148,15**

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)	21130	115/35	7,85	4,08	42,64	238,67
Sezoniniai vaisiai		120	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**9,05**	**4,56**	**70,72**	**360,14**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sriuba burokėlių su kopūstais, žirneliais, bulvėmis (tausojanti)	45596	150	2,20	1,68	12,27	72,97
Kiaulienos kumpio kukulis (tausojantis)	20097	90	20,57	12,45	0,91	198,00
Keptos bulvės su kario prieskoniais (tausojantis)	9052	100	2,12	4,13	20,77	128,70
Aisbergo salotos su pomidorais ir špinatų lapais	47638	50	0,68	1,30	2,42	24,13
Agurkai (švieži arba marinuoti)	21573	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**25,83**	**19,57**	**37,61**	**429,89**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kiaulienos faršo troškinys su daržovėmis (tausojantis)	13272	90/200	27,24	14,6	25,37	341,82
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**27,24**	**14,60**	**25,37**	**341,85**
Iš viso (dienos davinio):			**62,12**	**38,73**	**133,70**	**1131,88**

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.)
Burnočių kruopų košė su uogomis ir cinamonu (augalinis, tausojantis)	13904	120/20	9,11	3,94	43,59	246,26
Sezoniniai vaisiai		150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**9,71**	**3,94**	**58,44**	**308,08**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (augalinė, tausojanti)	4269	100	1,37	2,05	9,71	62,82
Orkaitėje kepta jūros lydeka (tausojantis)	8467	100	25,82	7,65	0,10	172,52
Keptos bulvės su kario prieskoniais (tausojantis)	9052	100	2,12	4,13	20,77	128,70
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (tausojantis)	49489	70	1,28	2,91	5,71	54,13
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	30955	15/15	0,29	0,09	1,88	9,45
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**30,92**	**16,84**	**38,57**	**429,51**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kiaulienos kumpinės troškinys su daržovėmis	12960	96/54	22,49	15,78	14,49	289,93
Sezoniniai vaisiai		100	0,70	0,70	18,00	76,60
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**23,19**	**15,98**	**32,49**	**366,55**
Iš viso (dienos davinio):			**63,82**	**36,76**	**129,50**	**1104,14**

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.)
Žirnių košė su morkomis (augalinis, tausojantis)	16591	100	12,41	1,67	31,76	191,66
Sezoniniai vaisiai		140	0,98	0,28	25,20	107,24
Arbata kmynų	5013	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			**13,58**	**2,09**	**57,46**	**302,99**

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)	18785	150	1,12	4,00	4,99	60,48
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpine (tausojantis)	21274	138/78	22,48	12,49	42,44	372,09
Agurkai (švieži arba marinuoti)	4893	50	0,40	0,10	1,38	8,00
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	18465	30/30	0,6	0,15	4,86	23,19
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**24,60**	**16,77**	**54,08**	**465,65**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės balandos kruopos su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12314	100/80	8,62	9,44	34,76	258,44
Sezoniniai vaisiai		80	0,56	0,16	14,40	61,28
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**9,18**	**9,60**	**49,16**	**319,75**
Iš viso (dienos davinio):			**47,36**	**28,46**	**160,70**	**1088,39**

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.)
Bolivinių balandų košė su uogomis ir bananu (augalinis, tausojantis)	13898	120/20/30	8,70	4,48	48,30	268,30
Kepti obuoliai su cinamonu (augalinis)	18423	100	0,43	0,02	12,53	52,06
Sezoniniai vaisiai		100	0,90	0,10	11,70	51,30
Nesaldyta arbatžolių arbata	2221	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**10,03**	**4,61**	**72,52**	**371,68**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Brokolių sriuba (augalinė, tausojanti)	29598	150	2,11	3,37	14,13	95,31
Troškintas kiaulienos kumpis su daržovėmis (tausojantis)	11203	60/72	19,17	13,07	7,33	223,62
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	9049	81/9	1,71	1,64	16,89	89,15
Šviežios daržovės	18472	30/30/60	1,11	0,18	4,38	23,58
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**24,14**	**18,27**	**43,13**	**433,54**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burnočio sėklių košė (augalinis, tausojantis)	11372	140	10,43	5,18	46,20	273,14
Sezoniniai vaisiai		100	0,90	0,10	11,70	51,30
Arbata arbatžolių su citrina	2627	150	0,05	0,01	0,40	1,91
Iš viso maitinimui:			**11,38**	**5,29**	**58,30**	**326,35**
Iš viso (dienos davinio):			**45,55**	**28,17**	**173,95**	**1131,57**

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)	21130	115/35	7,85	4,08	42,64	238,67
Sezoniniai vaisiai		120	0,36	0,48	18,12	78,24
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**8,21**	**4,56**	**60,76**	**316,94**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sriuba su kiaulienos sprandine (tausojanti)	24741	150/20	5,55	8,88	9,80	141,27
Kiaulienos sprandinė troškinta (tausojantis)	18051	90	16,35	22,24	0,49	267,48
Virtos bulvės (tausojantis)	9048	80	1,68	0,08	16,55	73,67
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	47635	50	0,50	1,57	2,35	25,49
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	47637	15/25	0,39	0,13	2,46	12,53
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**24,50**	**32,91**	**32,03**	**522,33**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burnočių sėklų košė su uogomis ir cinamonu (augalinis, tausojantis)	21896	100/20	7,64	3,31	39,21	217,17
Vaisių ir uogų kokteilis	18330	130	1,24	0,59	22,62	100,68
Nesaldyta arbatžolių arbata	2221	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**8,87**	**3,89**	**61,83**	**317,88**
Iš viso (dienos davinio):			**41,58**	**41,36**	**154,62**	**1157,15**

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.)
Bolivinių balandų košė su uogomis (augalinis, tausojantis)	21130	115/35	7,85	4,08	42,64	238,67
Sezoniniai vaisiai		120	0,36	0,48	18,12	78,24
Arbata kmynų	5013	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			**8,41**	**4,71**	**61,26**	**321,00**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojanti)	25094	150	2,26	4,15	16,99	114,34
Kiaulienos kumpinės guliašas su daržovėmis (tausojantis)	13200	95/95	25,87	18,72	11,03	316,08
Virtų burokėlių salotos su svogūnais ir aliejumi (tausojantis)	47643	60	0,88	2,79	5,43	50,37
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	18471	15/15	0,26	0,06	1,29	6,72
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**29,32**	**25,73**	**35,13**	**489,40**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių troškinys su bolivinėmis balandomis (augalinis, tausojantis)	18639	70/100	7,96	8,69	34,99	250,00
Sezoniniai vaisiai		100	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**8,96**	**9,09**	**58,39**	**351,22**
Iš viso (dienos davinio):			**46,69**	**39,53**	**154,78**	**1161,62**

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.)
Burnočių sėklų košė su uogomis ir cinamonu (augalinis, tausojantis)	21338	80/20	6,15	2,67	31,86	176,07
Kepti obuoliai su cinamonu (augalinis)	18423	100	0,43	0,02	12,53	52,06
Sezoniniai vaisiai		100	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**7,28**	**2,89**	**62,39**	**304,75**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba (augalinė, tausojanti)	29600	150	1,53	1,84	10,09	63,05
Troškinta kiaulienos sprandinė (tausojanti)	12733	80	17,1	25,64	0,22	300,05
Virtos bulvės (tausojantis)	1662	60	1,26	0,06	12,41	55,25
Šviežios daržovės ne mažiau trys rūšys	48158	20/20/30	0,62	0,07	2,80	14,31
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**20,56**	**27,63**	**25,92**	**434,55**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės balandos košė (augalinis, tausojantis)	16238	160	10,96	5,68	45,36	276,40
Uogos (šaldytos arba šviežios)	1931	35	0,32	0,18	3,99	18,80
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,00	11,88	49,44
Nesaldyta arbatžolių arbata	2221	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**11,76**	**5,86**	**61,23**	**344,65**
Iš viso (dienos davinio):			**39,60**	**36,38**	**149,54**	**1083,95**

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.)
Bolivinės balandos košė (augalinė, tausojanti)	16238	160	10,96	5,68	45,36	276,40
Sezoniniai vaisiai		130	1,17	0,13	15,21	66,69
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**12,13**	**5,81**	**60,57**	**343,12**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojanti)	18790	100	0,92	2,06	7,70	53,00
Kiaulienos kumpio maltinis (tausojantis)	10128	100	21,66	12,34	1,33	203,02
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	16234	90/10	1,90	2,38	18,77	104,51
Šviežių kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejum	49505	80	1,04	3,94	4,84	58,92
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	18471	15/15	0,26	0,06	1,29	6,72
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**25,81**	**20,78**	**34,33**	**428,06**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių košė (augalinis, tausojantis)	8342	180	25,40	5,10	54,40	365,10
Arbata arbatžolių nesaldinta	2221	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**25,40**	**5,10**	**54,40**	**365,12**
Iš viso (dienos davinio):			**63,34**	**31,69**	**149,30**	**1136,30**

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.)
Žirnių košė su morkomis (augalinis, tausojantis)	21897	130	16,13	5,04	41,29	274,98
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,00	11,88	49,44
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**16,61**	**5,04**	**53,17**	**324,44**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Brokolių sriuba (augalinė, tausojanti)	29598	150	211	3,37	14,13	95,31
Kepta garuose lašiša su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	5165	90	19,46	13,24	0,95	200,80
Virtos bulvės (tausojantis)	11972	90	1,85	0,09	18,18	80,95
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (tausojantis)	47640	60	1,09	2,52	4,89	46,64
Šviežios daržovės ne mažiau dvi rūšys	18471	15/15	0,26	0,06	1,29	6,72
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**24,81**	**19,30**	**39,85**	**432,31**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kiaulienos kumpinės troškinys su daržovėmis	21282	70/70	19,86	13,86	14,48	262,09
Vaisių ir uogų kokteilis	18330	130	1,24	0,59	22,62	100,68
Arbata kmynų	5013	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			**21,29**	**14,59**	**37,6**	**366,87**
Iš viso (dienos davinio):			**62,71**	**38,93**	**130,62**	**1123,62**

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.)
Žirnių košė su morkomis (augalinis, tausojantis)	16591	100	12,41	1,67	31,76	191,66
Sezoniniai vaisiai		140	1,41	0,56	32,99	142,69
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**13,82**	**2,23**	**64,76**	**334,37**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta lęšių sriuba (augalinė, tausojanti)	25096	100	4,51	3,77	13,90	107,56
Orkaitėje kepti "Zemaičių" blynai su kiaulienos sprandine (tausojantis)	11206	107/33	11,24	15,04	28,50	294,34
Šviežių daržovių salotos su alyvuogių aliejumi	18476	80	0,74	3,06	4,67	49,16
Vanduo su citina	2536	150	0,05	0,01	0,40	1,89
Iš viso maitinimui:			**16,53**	**21,88**	**47,47**	**452,94**

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)	21747	100/20/30	7,33	3,77	41,83	230,57
Sezoniniai vaisiai		120	0,36	0,48	18,12	78,24
Nesaldyta vaistažolių arbata	7183	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**7,69**	**4,25**	**59,95**	**308,83**
Iš viso (dienos davinio):			**38,04**	**28,36**	**172,18**	**1096,14**

Regina Beinorienė
Direktorė