TVIRTINU

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo 8 priedas

Direktorė
Simona Džiaukštienė
2026-11-13 Nr. V-327

Kauno lopšelis-darželis „Malūnėlis“

Kovo 11-osios g. 48, Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. (priešmokyklinė grupė)

Valgiaraštis įsigalioja 2026-11-16

Įstaigos darbo laikas: 7:00 - 19:00 val.

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Direktorė
Simona Džiaukštienė

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ilgagrūdžių ryžių kruopų košė su migdolų gėrimu (tausojantis) (augalinis)	51941	195	4,66	1,84	47	223,17
Trintos avietės	6582	30	0,36	0,18	5,33	24,39
Bananai	9329	60	0,6	0,24	14,04	60,72
Pienas (2.5 proc. rieb.)	38435	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso maitinimui:			**8,42**	**4,76**	**71,07**	**360,78**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	69076	150	4,43	3,82	16,92	119,77
Kiaulienos sprandinės maltinukas (tausojantis)	32813	80	16,15	23,94	5,35	301,46
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	22781	70	1,64	0,08	16,15	71,91
Burokėlių salotos su špinatais ir alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	75533	80	2,38	3,46	3,79	55,82
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**24,60**	**31,30**	**42,21**	**548,96**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Liofilizuoti bananai	109539	43	2,24	1,16	34,39	156,95
Iš viso maitinimui:			**2,24**	**1,16**	**34,39**	**156,95**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)	4055	120	21,35	10,87	40,66	345,82
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	4562	30	1,29	1,14	1,44	21,18
Nesaldinta vaisinė arbata	6835	150	0,01	0,01	0,01	0,13
Iš viso maitinimui:			**22,65**	**12,02**	**42,11**	**367,13**
Iš viso dienai:			**57,91**	**49,24**	**189,78**	**1433,82**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Kauno lopšelis-darželis "MALŪNĖLIS"
Direktorė
Simona Džiaukštienė

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	7934	200	6,3	1,55	34,65	177,75
Kukurūzų traputis	6548	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Obuoliai	9327	100	0,4	0	9,9	41,2
Pienas 2,5 proc. rieb.	6837	150	4,2	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			**12,74**	**6,40**	**66,10**	**372,96**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (tausojantis)	14212	150	1,23	2,39	11,45	72,19
Grietinė 30 proc. rieb.	4575	7	0,17	2,1	0,22	20,44
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	6519	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Lašišos filė maltinukas (tausojantis)	5010	85	16,38	16,11	7,01	238,51
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	6093	80	2,83	0,14	26,01	116,61
Brokoliai	77484	50	1,25	0,15	0,85	9,75
Paprikos lazdelės	75676	50	0,42	0,09	3,15	15,13
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**23,75**	**21,37**	**63,99**	**543,22**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.) su ekologišku užkandžiu "Daržovių lazdelės"	36299	20/22	8,00	6,07	15,62	149,12
Iš viso maitinimui:			**8,00**	**6,07**	**15,62**	**149,12**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių miltų blyneliai su obuoliais	4162	120	9,44	13,84	50,14	362,92
Trintos avietės	6582	30	0,36	0,18	5,33	24,39
Nesaldinta kmynų arbata	6856	150	0,25	0,18	0,63	5,2
Iš viso maitinimui:			**10,05**	**14,20**	**56,10**	**392,51**
Iš viso dienai:			**54,54**	**48,04**	**201,81**	**1457,81**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Direktorė
Simona Džiaukštienė

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	33239	200	5,81	0,37	40,17	187,28
Keptas sumuštinis su batonu, sviestu (82 proc.rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	3227	20/5/15	5,33	8,34	11,05	140,58
Obuoliai	9327	100	0,4	0	9,9	41,2
Nesaldinta arbatžolių arbata	6830	150	0	0,01	0,01	0,1
Iš viso maitinimui:			**11,54**	**8,72**	**61,13**	**369,16**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Vištienos filė sultinys su makaronais (tausojantis)	14227	134/16	4,88	5,08	16,66	131,89
Ruginė duona su sėklomis	6544	40	1,96	0,52	20,4	94,12
Vištienos filė maltinukas (tausojantis)	6367	80	21,52	5,01	5,44	152,91
Birūs grikiai (tausojantis) (augalinis)	6105	80	3,49	0,86	19,2	98,47
Daržovių asorti (pekino kopūstas, morka, agurkas)	76218	85	0,89	0,1	4,2	21,26
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**32,74**	**11,57**	**65,90**	**498,65**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Desertinis jogurtas (1,5-2,5 proc. rieb.) su liofilizuotais ananasais	36413	125/25	7,25	2,13	27,13	156,63
Iš viso maitinimui:			**7,25**	**2,13**	**27,13**	**156,63**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su jogurtu (3 proc. rieb.) (tausojantis)	5469	90	10,05	8,7	7,34	147,85
Grietinė 30 proc. rieb.	4588	20	0,48	6	0,62	58,4
Ruginė duona su sėklomis	6544	40	1,96	0,52	20,4	94,12
Paprikos lazdelės	72508	15	0,14	0,03	1,01	4,83
Melionai	9439	100	0,4	0	6,1	26
Nesaldinta žalioji arbata	6858	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**13,03**	**15,25**	**35,47**	**331,20**
Iš viso dienai:			**64,56**	**37,67**	**189,63**	**1355,64**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Direktorė
Simona Džiaukštienė

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Manų kruopų košė su migdolų gėrimu ir cinamonu (tausojantis) (augalinis)	51942	195/1	5,31	1	38,48	184,15
Kukurūzų traputis	6548	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Apelsinai	9389	100	0,9	0,1	11,7	51,3
Pienas (2.5 proc. rieb.)	38435	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso maitinimui:			**10,85**	**4,70**	**69,38**	**363,21**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	14229	150	1,38	2,56	10,21	69,38
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	6107	100	7,65	1,63	29,58	163,61
Jautienos kumpio ir kiaulienos sprandinės padažas (tausojantis)	33111	70	11,22	8,91	2,29	134,27
Fermentinis sūris (45-50 proc. rieb.) (tarkuotas)	19550	8	1,98	2,02	0,18	26,75
Daržovių asorti (agurkai, paprikos, pomidorai)	76219	140	1,26	0,38	6,96	36,28
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**23,49**	**15,50**	**49,22**	**430,29**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės sūrelis (iki 9 proc. rieb.)	27282	83	12,20	6,56	12,28	156,95
Iš viso maitinimui:			**12,20**	**6,56**	**12,28**	**156,95**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	4072	145	22,64	15,36	28,66	343,42
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	4562	30	1,29	1,14	1,44	21,18
Trintos braškės	4586	30	0,21	0,12	3,11	14,37
Nesaldinta kmynų arbata	6856	150	0,25	0,18	0,63	5,2
Iš viso maitinimui:			**24,39**	**16,80**	**33,84**	**384,17**
Iš viso dienai:			**70,93**	**43,56**	**164,72**	**1334,62**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:

Direktorė
Simona Džiaukštienė

Kauno lopšelis-darželis "MALŪNĖLIS" KAUNAS

1 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė su migdolų gėrimu (augalinis) (tausojantis)	36193	200	9,24	5,41	41,09	250,06
Vynuogės	9422	100	0,7	0,2	18	76,6
Pienas 2,5 proc. rieb.	6890	120	3,36	3	5,64	63
Iš viso maitinimui:			**13,30**	**8,61**	**64,73**	**389,66**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	18885	150	5,37	2,66	18,68	120,17
Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos guliašas (tausojantis)	60367	100	13,77	12,63	7,05	196,98
Bulvių košė (tausojantis)	21466	100	2,18	2,92	17,87	106,47
Daržovių lėkštelė (žiedinis kopūstas, pomidoras, agurkas)	75353	90	1,28	0,19	4,49	24,79
Paprikos lazdelės	72508	15	0,14	0,03	1,01	4,83
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**22,74**	**18,43**	**49,10**	**453,24**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.) su liofilizuotais bananais	35973	14885	11,20	8,59	8,16	154,74
Iš viso maitinimui:			**11,20**	**8,59**	**8,16**	**154,74**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis) (augalinis)	6325	160	4,35	10,18	41,98	276,95
Švieži gurkai	13721	40	0,28	0	1,12	5,6
Kefyras 2,5 proc. rieb.	29838	125	4	3,13	6	68,13
Iš viso maitinimui:			**8,63**	**13,31**	**49,10**	**350,68**
Iš viso dienai:			**55,87**	**48,94**	**171,09**	**1348,32**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Kauno lopšelis-darželis "MALŪNĖLIS"
Direktorė
Simona Džiaukštienė

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Penkių kruopų košė (rugių, kviečių, avižų, miežių, grikių dribsniai) (tausojantis) (augalinis)	7989	200	5,4	1,15	39,63	190,48
Sumuštinis su batonu, sviestu (82 proc.rieb.) ir varškės sūriu (13 proc. rieb)	24180	25/5/15	5,04	6,63	13,93	135,51
Obuoliai	9327	100	0,4	0	9,9	41,2
Nesaldinta vaisinė arbata	6835	150	0,01	0,01	0,01	0,13
Iš viso maitinimui:			**10,85**	**7,79**	**63,47**	**367,32**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	92441	150	1,45	2,94	10,66	74,89
Grietinėlė (30-36 proc. rieb.)	23410	7	0,15	2,45	0,21	23,51
Skrebučiai	24971	10	0,96	0,28	6,41	31,96
Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos maltinukas su raudonaisiais lęšiais (tausojantis)	58683	83/7	19,32	10,27	6,96	197,51
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	6093	80	2,83	0,14	26,01	116,61
Daržovės (agurkai ir pomidorai, morkos)	101807	120	1,08	0,2	7,6	36,52
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**25,79**	**16,28**	**57,85**	**481,00**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Liofilizuoti ananasai	108909	46	1,38	0,46	35,42	151,34
Iš viso maitinimui:			**1,38**	**0,46**	**35,42**	**151,34**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc.rieb.) blyneliai	4219	150	17,03	15,8	36,46	356,19
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	4562	30	1,29	1,14	1,44	21,18
Trintos braškės	4586	30	0,21	0,12	3,11	14,37
Nesaldinta arbatžolių arbata	6830	150	0	0,01	0,01	0,1
Iš viso maitinimui:			**18,53**	**17,07**	**41,02**	**391,84**
Iš viso dienai:			**56,55**	**41,60**	**197,76**	**1391,50**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Direktorė
Simona Džiaukštienė

Kauno lopšelis-darželis "MALŪNĖLIS" KAUNAS

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė su migdolų gėrimu (augalinis) (tausojantis)	36193	200	9,24	5,41	41,09	250,06
Bananai	9329	60	0,6	0,24	14,04	60,72
Pienas 2,5 proc. rieb.	6890	120	3,36	3	5,64	63
Iš viso maitinimui:			**13,20**	**8,65**	**60,77**	**373,78**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Džiovintų žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	14289	150	4,7	3,75	16,71	119,38
Jūrinių lydekų ir lašišos filė kotletai (tausojantis)	20521	40/40/20	20,79	12,65	9,75	236,06
Bulvių košė (tausojantis)	21466	100	2,18	2,92	17,87	106,47
Šviežių kopūstų salotos su morkomis	101808	60	0,81	2,75	3,92	43,64
Švieži agurkai	18610	40	0,28	0	1,12	5,6
Konservuoti kukurūzai	76238	25	0,73	0,15	5	24,25
Vanduo	28007	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**29,49**	**22,22**	**54,37**	**535,40**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.) su ekologišku užkandžiu "Daržovių lazdelės"	36299	20/22	8,00	6,07	15,62	149,12
Iš viso maitinimui:			**8,00**	**6,07**	**15,62**	**149,12**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai (9 proc. rieb.)	21436	68/32	17	13,52	43,65	364,24
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	23411	20	0,86	0,76	0,96	14,12
Nesaldinta kmynų arbata	6856	150	0,25	0,18	0,63	5,2
Iš viso maitinimui:			**18,11**	**14,46**	**45,24**	**383,56**
Iš viso dienai:			**68,80**	**51,40**	**176,00**	**1441,86**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:

Direktorė
Simona Džiaukštienė

2 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	33280	200	3,95	0,5	27,24	129,27
Kriaušės	9386	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Apelsinai	111771	60	0,54	0,06	7,02	30,78
Pienas 2,5 proc. rieb.	6837	150	4,2	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			**8,93**	**4,63**	**53,39**	**290,96**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta batatų ir morkų sriuba (tausojantis) (augalinis)	93870	150	1,98	2,32	19,06	105
Kiaulienos sprandinės maltiniai su ilgagrūdžiais ryžiais ir šviežiais kopūstais (tausojantis)	46312	73/15/12	13,95	24,6	10,83	320,49
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	22746	80	1,87	0,09	18,39	81,85
Daržovių asorti (aisbergo salota, paprika, agurkas)	101809	110	0,96	0,11	4,53	22,93
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**18,76**	**27,12**	**52,81**	**530,27**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės sūrelis (iki 9 proc. rieb.)	27282	83	12,20	6,56	12,28	156,95
Iš viso maitinimui:			**12,20**	**6,56**	**12,28**	**156,95**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška plikytų ryžių sriuba (tausojantis)	69798	200	3,98	4,54	19,62	135,28
Ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir smulkintomis moliūgų sėklomis	3375	30/5/24	6,06	9,05	28,3	218,87
Iš viso maitinimui:			**10,04**	**13,59**	**47,92**	**354,15**
Iš viso dienai:			**49,93**	**51,90**	**166,40**	**1332,33**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Direktorė
Simona Džiaukštienė

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8057	195/5	8,23	7,67	51,31	307,2
Trintos braškės	4586	30	0,21	0,12	3,11	14,37
Apelsinai	9389	100	0,9	0,1	11,7	51,3
Nesaldinta kmynų arbata	6856	150	0,25	0,18	0,63	5,2
Iš viso maitinimui:			**9,59**	**8,07**	**66,75**	**378,07**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avinžirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	69074	150	1,95	4,16	13,66	99,83
Bulvių plokštainis su vištienos filė	35452	150/50	15,15	13,04	31	301,9
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	4562	30	1,29	1,14	1,44	21,18
Morkos	16549	130	1,3	0,13	13,52	60,45
Pomidorai	13732	40	0,4	0,16	2,32	12,32
Eko užkandis "Sūrio žvaigždutės"	36415	4	0,44	0,60	2,72	18,04
Vanduo	25649	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			**20,53**	**19,23**	**64,66**	**513,72**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Desertinis jogurtas (1,5-2,5 proc. rieb.) su eko užkandis "Sūrio žvaigždutės"	36414	125/16	8,26	4,28	18,76	146,54
Iš viso maitinimui:			**8,26**	**4,28**	**18,76**	**146,54**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc rieb.) (tausojantis)	1117	68/22	17,38	17,69	6,27	253,81
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	23411	20	0,86	0,76	0,96	14,12
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	6519	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Švieži agurkai	18610	40	0,28	0	1,12	5,6
Nesaldinta arbatžolių arbata	6830	150	0	0,01	0,01	0,1
Iš viso maitinimui:			**19,99**	**18,85**	**23,66**	**344,22**
Iš viso dienai:			**58,37**	**50,43**	**173,83**	**1382,55**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Direktorė
Simona Džiaukštienė

2 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Manų kruopų košė su migdolų gėrimu ir cinamonu (tausojantis) (augalinis)	51942	195/1	5,31	1	38,48	184,15
Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.)	19302	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Melionai	9439	100	0,4	0	6,1	26
Pienas (2.5 proc. rieb.)	38435	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso maitinimui:			**13,85**	**7,66**	**49,36**	**321,77**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	14732	150	1,42	2,38	12,5	77,16
Troškinta vištienos šlaunelių/kumpelių mėsa (tausojantis)	67891	100	14,13	8,26	4,32	148,16
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	6107	100	7,65	1,63	29,58	163,61
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais ir alyvuogių aliejaus užpilu	13773	95	1,39	4	8,71	76,38
Paprikos lazdelės	75676	50	0,42	0,09	3,15	15,13
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**25,01**	**16,36**	**58,26**	**480,44**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.) su apelsinais	29844	40/50	11,13	8,37	6,01	143,89
Iš viso maitinimui:			**11,13**	**8,37**	**6,01**	**143,89**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti bulvinukai (tausojantis)	29368	200	6,58	2,15	72,36	335,15
Grietinė 30 proc. rieb.	4588	20	0,48	6	0,62	58,4
Nesaldinta žalioji arbata	6858	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**7,06**	**8,15**	**72,98**	**393,55**
Iš viso dienai:			**57,05**	**40,54**	**186,61**	**1339,65**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Direktorė
Simona Džiaukštienė

3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų ir sorų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	33535	195/5	7,8	7,8	41,94	269,15
Obuoliai	9327	100	0,4	0	9,9	41,2
Nesaldinta vaisinė arbata	6835	150	0,01	0,01	0,01	0,13
Iš viso maitinimui:			**8,21**	**7,81**	**51,85**	**310,48**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	14229	150	1,38	2,56	10,21	69,38
Kiaulienos sprandinės ir jautienos kumpio kukuliai (tausojantis)	33122	90	20,97	21,03	9,84	312,52
Bulvių košė (tausojantis)	6152	120	2,6	3,83	21,37	130,39
Daržovės (agurkai ir pomidorai)	70393	150	1,26	0,28	6,3	32,76
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**26,21**	**27,70**	**47,72**	**545,05**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Liofilizuoti ananasai	108909	46	1,38	0,46	35,42	151,34
Iš viso maitinimui:			**1,38**	**0,46**	**35,42**	**151,34**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	17185	250	7,15	6,07	20,85	166,66
Sumuštinis su batonu, sviestu (82 proc.rieb.) ir varškės sūriu (13 proc. rieb)	24180	25/5/15	5,04	6,63	13,93	135,51
Iš viso maitinimui:			**12,19**	**12,70**	**34,78**	**302,17**
Iš viso dienai:			**47,99**	**48,23**	**135,15**	**1161,46**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:

Direktorė
Simona Džiaukštienė



3 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė su migdolų gėrimu (augalinis) (tausojantis)	36193	200	9,24	5,41	41,09	250,06
Vynuogės	9422	100	0,7	0,2	18	76,6
Pienas 2,5 proc. rieb.	6890	120	3,36	3	5,64	63
Iš viso maitinimui:			**13,30**	**8,61**	**64,73**	**389,66**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	15027	150	4,71	2,07	19,2	114,29
Lašišos filė maltinukas (tausojantis)	5010	85	16,38	16,11	7,01	238,51
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	6093	80	2,83	0,14	26,01	116,61
Šviežių kopūstų salotos su morkomis	101808	60	0,81	2,75	3,92	43,64
Švieži agurkai	18610	40	0,28	0	1,12	5,6
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**25,01**	**21,07**	**57,26**	**518,65**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.) su ekologišku užkandžiu "Daržovių lazdelės"	36299	20/22	8,00	6,07	15,62	149,12
Iš viso maitinimui:			**8,00**	**6,07**	**15,62**	**149,12**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc.rieb) ir šviežiais krapais (tausojantis)	1161	69/20/1	17,34	17,25	9,11	261,04
Švieži gurkai	13721	40	0,28	0	1,12	5,6
Bananai	9329	60	0,6	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta kmynų arbata	6856	150	0,25	0,18	0,63	5,2
Iš viso maitinimui:			**18,47**	**17,67**	**24,90**	**332,56**
Iš viso dienai:			**64,78**	**53,42**	**162,51**	**1389,99**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Direktorė
Simona Džiaukštienė

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	7934	200	6,3	1,55	34,65	177,75
Sumuštinis su batonu, sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	3395	25/2/15	5,72	6	13,7	131,6
Melionai	9439	100	0,4	0	6,1	26
Nesaldinta arbatžolių arbata	6830	150	0	0,01	0,01	0,1
Iš viso maitinimui:			**12,42**	**7,56**	**54,46**	**335,45**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	67011	150	1,59	2,1	10,17	66,01
Vištienos filė kukulis (tausojantis)	14705	100	21,85	11,62	7,47	221,92
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	6074	90	2,1	0,11	20,69	92,09
Raugintų kopūstų salotos su kepintais svogūnais	16559	120	0,93	4,57	5,4	66,39
Morkos	75535	20	0,2	0,02	2,08	9,3
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Eko užkandis "Sūrio žvaigždutės"	36415	4	0,44	0,60	2,72	18,04
Iš viso maitinimui:			**27,11**	**19,02**	**48,53**	**473,75**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Desertinis jogurtas (1,5-2,5 proc. rieb.) su eko užkandis "Sūrio žvaigždutės"	36414	125/16	8,26	4,28	18,76	146,54
Iš viso maitinimui:			**8,26**	**4,28**	**18,76**	**146,54**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)	4055	120	21,35	10,87	40,66	345,82
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	4562	30	1,29	1,14	1,44	21,18
Nesaldinta žalioji arbata	6858	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**22,64**	**12,01**	**42,10**	**367,00**
Iš viso dienai:			**70,43**	**42,87**	**163,85**	**1322,74**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Direktorė
Simona Džiaukštienė



3 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	42828	200	5,17	0,33	35,72	166,52
Skrebutis su varškės (9 proc. rieb.) užtepėle ir pomidoru	17970	20/15/5	4,15	1,88	11,84	80,85
Apelsinai	9389	100	0,9	0,1	11,7	51,3
Nesaldinta vaisinė arbata	6835	150	0,01	0,01	0,01	0,13
Iš viso maitinimui:			**10,23**	**2,32**	**59,27**	**298,80**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	15074	150	2,27	3,86	18,75	118,79
Lietiniai blynai su varškės (9 proc. rieb) įdaru	4185	79/51	14,73	11,71	43,31	337,59
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	23411	20	0,86	0,76	0,96	14,12
Trintos avietės	6582	30	0,36	0,18	5,33	24,39
Melionai	9439	100	0,4	0	6,1	26
Morkų lazdelės	76236	30	0,3	0,03	3,12	13,95
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**18,92**	**16,54**	**77,57**	**534,84**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės ir iofilizuoti mangai	100564	20/26	6,15	4,81	21,60	154,28
Iš viso maitinimui:			**6,15**	**4,81**	**21,60**	**154,28**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis) (augalinis)	33847	140	3,55	10,14	34,1	241,87
Paprikos lazdelės	72508	15	0,14	0,03	1,01	4,83
Švieži gurkai	13721	40	0,28	0	1,12	5,6
Kefyras 2,5 proc. rieb.	6878	150	4,8	3,75	7,2	81,75
Iš viso maitinimui:			**8,77**	**13,92**	**43,43**	**334,05**
Iš viso dienai:			**44,07**	**37,59**	**201,87**	**1321,97**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė

Patvirtino:
Direktorė
Simona Džiaukštienė

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	7964	195/5	6,68	5,91	38,83	235,21
Kriaušės	9386	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta kmynų arbata	6856	150	0,25	0,18	0,63	5,2
Iš viso maitinimui:			**7,17**	**6,41**	**51,54**	**292,57**

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba su morkomis ir plikytais ryžiais (augalinis) (tausojantis)	93871	150	2,32	2,37	20,16	111,25
Kalakutienos filė guliašas (tausojantis)	6817	100	15,59	9,13	7,05	172,76
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	24853	95	7,2	1,54	27,84	153,98
Morkų salotos su česnakais, smulkintomis saulėgrąžomis ir aliejumi	18660	80	1,49	6,09	8,24	93,71
Konsevuoti žali žirneliai	76749	20	0,88	0,06	2,5	14,06
Paprikos lazdelės	72508	15	0,14	0,03	1,01	4,83
Vanduo	25649	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**27,62**	**19,22**	**66,80**	**550,59**

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.) su liofilizuotais bananais	35974	14885	11,20	8,59	8,16	154,74
Iš viso maitinimui:			**11,20**	**8,59**	**8,16**	**154,74**

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) desertas su natūraliu jogurtu (3 proc. rieb) ir bananais	4107	75/65	14,49	12,96	24,89	274,16
Batonas su (iš) viso grūdo miltų	6574	35	2,8	0,81	18,69	93,21
Nesaldinta arbatžolių arbata	6830	150	0	0,01	0,01	0,1
Iš viso maitinimui:			**17,29**	**13,78**	**43,59**	**367,47**
Iš viso dienai:			**63,28**	**48,00**	**170,09**	**1365,37**

Parengė
Maitinimo organizavimo specialistė
Eglė Grigonytė