



Kauno lopšelis – darželis „Gandriukas“, Ukmergės g. 19, Kaunas

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programas vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m.

be kiaulienos

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7 iki 19 val.

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška avižinė košė su džiovintomis spanguolėmis (tausojantis)	32 K	200/8	8,72	11,83	43,31	311,80
Sezoniniai vaisiai		90	0,87	0,10	11,70	51,30
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,59	11,93	55,01	363,10
Pietūs 12:30 val.						
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr002	150	2,56	3,16	18,20	110,67
Skrebučiai		15	1,20	0,35	8,01	39,95
Troškinta veršiena su daržovėmis (morkos, paprika, brokoliai) (tausojantis)	J002	40/60	15,16	10,09	6,16	149,08
Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (augalinis)	Gr010	80	4,96	0,98	25,86	136,13
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai) (augalinis)	D006	50/50	0,90	0,20	3,20	18,00
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	G009	100/7,5	0,04	0,02	0,46	2,00
Iš viso:			24,82	14,80	61,89	455,83
Vakarienė 16:00 val.						
Blynėliai su kakava	42KA	130	5,59	1,46	38,73	190,83
Uogienė	15Trading	15	0,05	0,00	10,64	40,65
Trintas bananų ir obuolių kokteilis (tausojantis) (augalinis)	U033	170	1,58	0,60	30,93	147,38
Nesaldinta žolelių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,22	2,06	80,30	378,86
Iš viso (dienos davinio):			41,63	28,78	197,19	1197,78



1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška avižinė košė su džiovintomis spanguolėmis (tausojantis)	32 K	200/8	8,72	11,83	43,31	311,80
Sezoniniai vaisiai		90	0,87	0,10	11,70	51,30
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,59	11,93	55,01	363,10
Pietūs 12:30 val.						
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr002	150	2,56	3,16	18,20	110,67
Skrebučiai		15	1,20	0,35	8,01	39,95
Troškinta veršiena su daržovėmis (morkos, paprika, brokoliai) (tausojantis)	J002	40/60	15,16	10,09	6,16	149,08
Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (augalinis)	Gr010	80	4,96	0,98	25,86	136,13
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai) (augalinis)	D006	50/50	0,90	0,20	3,20	18,00
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	G009	100/7,5	0,04	0,02	0,46	2,00
Iš viso:			24,82	14,80	61,89	455,83
Vakarienė 16:00 val.						
Blynėliai su kakava	42KA	130	5,59	1,46	38,73	190,83
Uogienė	15Trading	15	0,05	0,00	10,64	40,65
Trintas bananų ir obuolių kokteilis (tausojantis) (augalinis)	U033	170	1,58	0,60	30,93	147,38
Nesaldinta žolelių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,22	2,06	80,30	378,86
Iš viso (dienos davinio):			41,63	28,78	197,19	1197,78



1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų košė sviestu (82 %) ir braškėmis (tausojantis)	1K	200/5/20	5,15	3,38	38,47	213,16
Pienas (2.5%)		200	5,60	4,00	9,40	106,00
Sezoniniai vaisiai		70	1,13	0,12	15,20	66,68
Iš viso:			11,88	7,50	63,07	385,84
Pietūs 12:30 val.						
Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr008	150	1,29	1,52	7,88	50,35
Ruginė duona		30	1,41	0,24	8,79	46,29
Vištiena su troškintais kopūstais (tausojantis)	4287	75/75	18,88	18,94	5,98	289,95
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	226	50	1,03	0,05	10,15	45,17
Šv. daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai) (augalinis)	D006	40/40	0,68	0,16	3,44	17,92
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	G009	100/7,5	0,04	0,01	0,30	1,00
Iš viso:			23,33	20,92	36,54	450,68
Vakarienė 16:00 val.						
Daržovių troškiny (morkos, kopūstai, moliūgai, bulvės, žali žirneliai) (tausojantis)	5194 Valga	180	3,75	8,14	29,26	205,34
Kefyras 2,5 %		160	5,12	4,00	6,40	82,08
Iš viso:			8,87	12,14	35,66	287,42
Iš viso (dienos davinio):			44,08	40,56	135,27	1123,94


 Tyirtina
 Direktore
 Eireta Aurelija
 Sauleviciene
 2020-08-26

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška miežinių kruopų košė su moliūgų kubeliais (tausojantis)	37K.	200/30	5,62	3,86	25,26	165,7
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%), varškės sūriu (13%) ir pomidorais (tausojantis)	U025	20/3/35/15	7,60	6,32	12,44	150,05
Sezoniniai vaisiai		130	1,13	0,12	15,20	66,68
Nesaldinta kmynų arbata	G001	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			14,35	10,30	52,90	382,43
Pietūs 12:30 val.						
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (tausojantis) (augalinis)	1-3/35AT	150	3,89	4,18	19,67	135,87
Ruginė duona		30	1,41	0,24	8,79	46,29
Keptas orkaitėje žuvies (lydeka) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163T	90	14,95	3,31	1,82	109,84
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5 proc.) su žalumynais	14-1/2	15	0,65	1,74	1,03	22,36
Virti ryžiai (tausojantis)	1GR	80	2,08	0,18	22,95	95,94
Orkaitėje keptų burokėlių salotos su špinatais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	S013	70/2,5	1,48	3,25	8,38	68,76
Stalo vanduo paskanintas agurkais	G009	100/7,5	0,04	0,01	0,12	1,00
Iš viso:			24,50	12,91	62,76	480,05
Vakarienė 16:00 val.						
Skryliai (tausojantis)	M009	160	8,43	3,41	50,27	265,49
Trintos braškės		15	0,11	0,08	0,81	4,80
Bananai		15	0,18	0,08	3,47	14,99
Grietinė 30 %		30	0,78	9,00	0,81	87,36
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,50	12,57	55,36	372,64
Iš viso (dienos davinio):			48,35	35,78	171,03	1235,13



1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Brinkintų grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	Kr014	200	7,27	6,15	38,71	239,25
Sezoniniai vaisiai		100	0,87	0,10	11,70	51,30
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su varškės (9 %) užtepėle (tausojantis)	U021	30/20	4,70	2,90	16,66	102,54
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,84	9,15	67,07	393,09
Pietūs 12:30 val.						
Trinta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT	150	8,55	5,41	24,92	173,45
Skrebučiai		20	1,60	0,46	10,68	53,26
Troškinta kalakutiena (tausojantis)	P022	100	18,40	12,54	2,66	149,13
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis)	Gr003	80	3,39	0,42	20,90	100,94
Troškintos daržovės (paprikos, brokoliai, cukinija) (tausojantis) (augalinis)	D003	90	1,40	4,80	7,80	70,93
Stalo vanduo paskanintas agurkais	G009	100/7,5	0,02	0,02	0,67	3,00
Iš viso:			33,36	23,65	67,62	550,71
Vakarienė 16:00 val.						
Šaldytos tešlos bandelė su kalakutiena (tausojantis)	52	52,5/22,5	8,91	12,39	17,67	217,88
Sezoniniai vaisiai		100	0,87	0,10	11,70	51,30
Kefyras		150	4,80	4,75	6,00	76,95
Iš viso:			14,58	17,24	35,37	346,13
Iš viso (dienos davinio):			60,78	50,04	170,05	1289,92



1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	Kr006	200	8,53	5,03	46,89	266,91
Sviestas 82%		3	0,02	2,46	0,02	22,31
Natūralus jogurtas (2,5%) su kriaušėmis (tausojantis)	U036	126/54	4,40	3,34	13,33	100,90
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,95	10,83	60,25	390,11

Pietūs 12:30 val.

Trinta daržovių sriuba (kopūstai, bulvės, morkos, svogūnai, šaldytų daržovių mišinys) (tausojantis) (augalinis)	Sr011	150	2,08	1,63	11,35	68,34
Skrebučiai		15	1,20	0,35	8,01	39,95
Orkaitėje kepta vištienos filė (tausojantis)	P001	100	32,89	1,27	0,55	145,19
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis)	P001	100	2,01	5,15	17,07	122,62
Orkaitėje keptos morkų lazdelės (tausojantis)	P001	50	0,46	0,09	4,00	18,68
Šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis)	S011	120	0,94	6,24	2,76	70,99
Šv. daržovių rinkinukas (brokoliai, paprikos) (augalinis)	D006	25/25	0,98	0,15	3,10	17,67
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	G009	100/7,5	0,04	0,01	0,30	1,45
Iš viso:			40,60	14,89	47,14	484,89

Vakarienė 16:00 val.

Kukurūzų miltų ir bananų blynai	M001	80/30	7,01	14,40	30,96	281,44
Trintų uogų užpilas	10PA	10	0,10	0,00	1,50	6,55
Sezoniniai vaisiai		130	1,13	0,12	15,20	66,68
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,24	14,53	47,66	354,67
Iš viso (dienos davinio):			61,79	40,24	155,05	1229,67



2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kuskuso kruopų košė su sviestu ir avietėmis (tausojantis) (augalinis)	Kr005	200/5/15	10,55	4,71	64,68	343,27
Sezoniniai vaisiai		100	0,87	0,10	11,70	50,30
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,42	4,81	76,38	393,57
Pietūs 12:30 val.						
Trinta cukinijų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr019	150	1,19	2,10	5,17	44,37
Skrebučiai		15	1,20	0,35	8,01	39,95
Kalakutienos guliašas (tausojantis)	4935	100	18,81	16,84	6,97	254,63
Virti griekiai (tausojantis)	2GR	80	3,26	0,70	16,17	82,95
Baltagūžių kopūstų salotos su paprikomis (augalinis)	S005	65	0,86	3,42	3,96	50,01
Šv. daržovių rinkinukas (cukinijos, pomidorai) (augalinis)	D006	25/25	0,66	0,09	2,25	12,45
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	G009	100/7,5	0,04	0,02	0,88	4,00
Iš viso:			26,02	23,52	43,41	488,36
Vakarienė 16:00 val.						
Varškės (9 proc.) ir bananų apkepas su ciberžole ir cinamonu (tausojantis)	7-8/170T	70/70	15,92	10,33	24,33	254,01
Uogienė	15Trading	15	0,03	0,00	9,33	33,33
Pienas (2.5%)		200	5,60	3,47	9,40	106,00
Iš viso:			21,55	13,80	43,06	393,34
Iš viso (dienos davinio):			58,98	42,12	162,85	1275,27



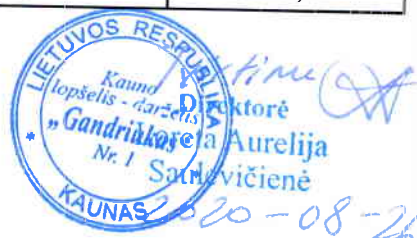
Tvirtinu
Direktorė
Loreta Aurelija
Saulevičienė

2020-08-26

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška kvietinių kruopų košė (tausojantis)	Kr023	200	8,11	4,42	30,86	199,65
Sviestas 82%		5	0,03	4,10	0,04	37,18
Ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%), fermentiniu sūriu (45%), pomidorais ir agurkais (tausojantis)	U019	20/3/10/5/5	4,03	5,32	10,88	107,53
Nesaldinta kmynų arbata	G001	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,17	13,84	41,78	344,36
Pietūs 12:30 val.						
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	150	3,89	4,18	19,67	135,87
Ruginė duona		30	1,41	0,24	8,79	46,29
Orkaitėje kepta vištienos filė su krapais ir petražolėmis (tausojantis)	P020	100	34,99	2,77	0,59	167,25
Virti ryžiai (tausojantis)	1GR	65	1,95	0,17	21,52	89,94
Troškintos daržovės (morkos, paprikos, brokoliai, pomidorai) (tausojantis) (augalinis)	D003	100	1,45	4,22	8,67	78,81
Stalo vanduo paskanintas agurkais	G009	100/7,5	0,04	0,01	0,12	1,00
Iš viso:			43,73	11,58	59,35	519,16
Vakarienė 16:00 val.						
Morkų blynėliai (tausojantis)	D001	120	10,23	10,33	37,78	285,03
Natūralus jogurtas 2,5%		25	1,08	0,88	1,48	18,08
Sezoniniai vaisiai		130	1,13	0,12	15,20	66,68
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,44	11,33	54,46	369,79
Iš viso (dienos davinio):			68,34	36,76	155,60	1233,31



2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo avižų kruopų košė su obuoliu, cinamonu ir sviestu (82%) (tausojuantis)	3-3/39T	200/12/1/2	6,45	4,79	33,43	202,68
Pienas (2.5%)		200	5,60	5,00	9,40	106,00
Sezoniniai vaisiai		130	1,13	0,12	15,20	66,68
Iš viso:			13,18	9,91	58,03	375,36
Pietūs 12:30 val.						
Trinta morkų sriuba (tausojuantis) (augalinis)	Sr033	150	1,28	5,41	10,89	97,40
Skrebučiai		20	2,18	0,55	12,90	60,27
Orkaitėje kepti lašišų kasneliai (tausojuantis)	Ž014	70	19,75	15,27	0,03	216,55
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis)	334	80	1,16	4,59	7,11	74,36
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	G006	100/7,5	0,04	0,01	0,30	1,00
Iš viso:			24,41	25,83	31,23	449,58
Vakarienė 16:00 val.						
Mielinis obuolių pyragas (tausojuantis)	806	60	3,74	4,57	25,62	158,58
Kakava su pienu	2G	150	2,97	2,31	9,57	68,85
Sezoniniai vaisiai		130,00	1,13	0,12	15,20	66,68
Iš viso:			7,84	7,00	50,39	294,11
Iš viso (dienos davinio):			45,43	42,74	139,65	1119,05



2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/36AT	200/15	5,07	4,35	54,84	278,81
Natūralus jogurtas (2,5%) su braškėmis ir bananais (tausojantis)	U006	50/25/25	0,78	0,09	10,53	46,17
Sezoniniai vaisiai		120	1,04	0,11	14,03	61,55
Nesaldinta vaistažolių arbata	G001	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,89	4,55	79,40	386,53
Pietūs 12:30 val.						
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	150	2,84	1,44	14,00	80,32
Ruginė duona		40	1,89	0,31	11,71	61,71
Grikių ir vištienos troškiny (tausojantis)	4644 Valga	150	15,37	4,66	39,48	261,36
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A	130/6,5	1,56	6,83	4,88	87,17
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	G006	100/7,5	0,04	0,02	0,46	2,00
Iš viso:			21,70	13,27	70,54	492,57
Vakarienė 16:00 val.						
Omletas su fermentiniu sūriu (45 %) (tausojantis)	Ki003	108/12	14,86	17,51	6,64	260,54
Švieži pomidorai (augalinis)		60	0,60	0,24	3,48	18,48
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai) (augalinis)		60	0,36	0,00	2,44	7,20
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,82	17,75	12,56	286,22
Iš viso (dienos davinio):			44,41	35,56	162,50	1165,32



Tatjana
Direktorė
Lėta Aurelija
Šaulevičienė

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kruopų košė su cukinijomis, prieskoninėmis daržovėmis, kmynais ir čiobreliais (tausojantis) (augalinis)	Kr025	115/85	4,96	8,87	35,50	241,65
Sezoniniai vaisiai		150	1,30	0,14	17,54	76,94
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,26	9,01	53,04	318,59
Pietūs 12:30 val.						
Rugštenių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/29AT	150	1,08	1,71	9,05	55,83
Ruginė duona		30	1,41	0,24	8,79	46,29
Vištienos filė troškinta su grietinėle (35 proc.) ir daržovėmis (šparaginės pupelės, cukinijos, morkos) (tausojantis)	P002	50/30/40	15,82	12,21	4,20	189,99
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,27	2,92	16,68	102,09
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A	120/9,6	1,78	3,11	12,56	85,27
Šv. daržovių rinkinukas (agurkai, paprikos) (augalinis)	D006	25/25	0,53	0,18	2,23	12,58
Stalo vanduo paskanintas kriaušėmis	G009	100/7,5	0,02	0,02	0,67	3,00
Iš viso:			22,91	20,38	54,17	495,04
Vakarienė 16:00 val.						
Kukurūzų miltų lietiniai blynai įdaryti bananais	M012	130/49	5,48	8,40	40,81	271,81
Trintos braškės		15	0,11	0,08	0,81	4,80
Natūralus jogurtas 3,5%		15	0,57	0,53	0,60	9,41
Pienas (2,5%)		150	4,20	3,75	7,05	79,50
Iš viso:			10,36	12,76	49,27	365,52
Iš viso (dienos davinio):			39,53	42,15	156,48	1179,16



Tvirtina
Direktorė
Loreta Aurelija
Saulevičiienė
2020-08-26

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška orkaitėje kepta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	Kr026	200	10,67	11,00	33,85	277,06
Braškės (ar kitos sezoninės uogos)		15	0,11	0,08	0,81	4,80
Sezoniniai vaisiai		150	1,30	0,14	17,54	76,94
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,08	11,22	52,20	358,80
Pietūs 12:30 val.						
Trinta daržovių sriuba (kopūstai, bulvės, svogūnai, morkos) (augalinis) (tausojantis)	Sr011	150	2,08	1,63	11,35	68,34
Skrebučiai		15	1,20	0,35	8,01	39,95
Vištienos ir morkų troškiny su porais	4401 Valga	65/25	12,79	7,63	4,87	155,40
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	1Trading 229p	70	1,44	0,07	14,20	63,23
Burokėlių salotos su alyvyogių aliejumi (augalinis)	4SL	80	1,44	4,99	7,79	87,19
Šv. daržovių rinkinukas (agurkai, paprikos) (augalinis)	D006	25/25	0,53	0,18	2,23	12,58
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	G009	100/7,5	0,04	0,02	0,46	2,00
Iš viso:			19,52	14,87	48,91	428,69
Vakarienė 16:00 val.						
Grikių paplotėliai su varške (0,5 %) ir špinatais (tausojantis)	Kr010	90/81/9	21,60	14,23	34,35	351,88
Natūralus jogurtas 2,5%		40	1,32	1,00	1,68	21,00
Nesaldinta vaistažolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			22,92	15,23	36,03	372,88
Iš viso (dienos davinio):			54,52	41,32	137,14	1160,37



Tvirtina
Direktorė
Loreta Aurelija
Šaulevičienė

2020-08-26

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Biri grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/42AT	200/5	11,84	7,46	65,14	375,12
Nesaldinta kmynų arbata	G001	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,84	7,46	65,14	375,12
Pietūs 12:30 val.						
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT	150	2,10	4,82	18,28	120,89
Ruginė duona		30	1,65	0,28	10,25	54,00
Jūrinių lydekų filė kotletai (tausojantis)	4006	100	15,02	3,27	15,23	150,43
Jogurtiniai padažas (jogurtas 2,5 %) su žalumynais	14-1/2	25	1,00	3,00	1,58	37,35
Karštos daržovės (šparaginės pupelės, paprikos, cukinijos) (augalinis) (tausojantis)	13Gar	150	3,30	1,79	9,87	62,91
Sezoniniai vaisiai		140	1,39	0,15	18,71	82,07
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	G009	100/7,5	0,04	0,01	0,30	1,45
Iš viso:			24,50	13,31	74,22	509,10
Vakarienė 16:00 val.						
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	Sr025	128/32	4,96	6,04	17,94	145,94
Sezoniniai vaisiai		80	0,72	0,32	7,76	36,80
Ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%), varškės sūriu (13%) ir pomidorais (tausojantis)	U025	20/3/35/15	8,60	7,32	12,44	150,05
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			14,28	13,68	38,14	332,79
Iš viso (dienos davinio):			50,62	34,45	177,50	1217,01



Tartina
Direktorė
Loreta Aurelija
Šaulevičienė
2020-08-26

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	Kr006	200	7,45	2,90	48,26	248,90
Sviestas 82%		5	0,03	4,10	0,04	37,18
Sezoniniai vaisiai		100	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,48	7,40	71,70	387,28
Pietūs 12:30 val.						
Trinta burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	Sr030	150	1,32	4,18	9,55	81,07
Skrebučiai		15	1,20	0,35	8,01	39,95
Orkaitėje kepti vištienos kukuliai su burokėliais (tausojantis)	6235	90	17,03	2,33	7,65	152,82
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	1Trading	60	1,24	0,06	11,30	50,06
Raugintų kopūstų salotos (augalinis)	8Trading	70	0,56	7,01	5,15	83,83
Švieži pomidorai	2DŽ	50	0,30	0,05	1,35	8,15
Konservuoti agurkai (augalinis)	3DŽ	50	2,56	0,00	1,20	14,09
Stalo vanduo paskanintas greipfrutais	G009	100/7,5	0,04	0,02	0,76	3,32
Iš viso:			24,25	14,00	44,97	433,29
Vakarienė 16:00 val.						
Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (45 proc.) (tausojantis)	M008	152/28	16,57	11,73	50,93	375,55
Nesaldinta kmynų arbata	G001	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,57	11,73	50,93	375,55
Iš viso (dienos davinio):			49,30	33,13	167,60	1196,12



Dirbtinė
Direktorė
Jolita Aurelija
Šaulėvičienė
2020-08-26

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kuskuso kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	Kr005	150	10,34	0,52	62,72	296,88
Braškės (ar kitos sezoninės uogos)		20	0,15	0,11	1,08	6,40
Pienas (2.5%)		150	4,20	5,75	7,05	79,50
Iš viso:			14,69	6,38	70,85	382,78
Pietūs 12:30 val.						
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150	1,33	2,51	8,47	52,85
Ruginė duona		40	2,64	0,44	16,40	86,40
Vištienos kumpelių guliašas pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T	60/100	19,08	8,09	10,27	172,32
Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (augalinis)	Gr010	80	4,96	0,98	26,86	136,13
Šv. daržovių rinkinukas (brokoliai, morkos) (augalinis)	D006	55/55	2,20	0,39	7,92	43,45
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	G009	100/7,5	0,04	0,01	0,30	1,45
Iš viso:			30,25	12,42	70,22	492,60
Vakarienė 16:00 val.						
Šaldytos tešlos bandelė su varškės-špinatų įdaru (tausojantis)	4265	80/30	8,06	16,38	24,18	276,35
Sezoniniai vaisiai		130	1,13	0,12	15,20	66,68
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,19	16,50	39,38	343,03
Iš viso (dienos davinio):			54,13	35,30	180,45	1218,41



3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška penkių rūšių kruopų košė (tausojantis)	3K	200	7,41	7,39	47,78	263,21
Džiovintos spanguolės		15	0,05	0,02	12,90	51,92
Sezoniniai vaisiai		130	0,91	0,00	14,43	61,36
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,37	7,41	75,11	376,49
Pietūs 12:30 val.						
Avinžirnių sriuba su žalumynais (tausojantis) (augalinis)	Sr001	150	3,51	1,90	10,48	73,01
Ruginė duona		30	1,41	0,24	8,79	46,29
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	P025	80	19,27	11,70	0,25	183,41
Virti ryžiai su kariu (tausojantis) (augalinis)	Gr002	80	3,03	0,16	26,21	118,42
Morkų lazdelės (augalinis)	D000	110	0,36	0,07	3,16	14,76
Šv. daržovių rinkinukas (pomidorai, paprikos) (augalinis)	D006	30/30	0,69	0,21	1,71	17,49
Stalo vanduo paskanintas agurkais	G009	100/7,5	0,02	0,02	0,65	3,00
Iš viso:			28,30	14,30	51,25	456,38
Vakarienė 16:00 val.						
Varškės ir morkų apkepas (tausojantis)	V013	104/36	16,19	16,72	21,99	303,18
Natūralus jogurtas 3,5%		30	1,14	1,05	1,20	18,81
Pienas (2.5%)		100	2,80	2,50	4,70	53,00
Iš viso:			20,13	20,27	27,89	374,99
Iš viso (dienos davinio):			56,80	41,98	154,25	1207,86

