

## Kauno lopšelis-darželis „Vaivorykštė“

## 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m.

1 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška 2,5 proc. rieb. penkių rūšių dribsnių košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	6901	150	7,63	7,59	39,17	255,47
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Sezoniniai vaisiai	759	150	0,60	0,00	14,85	61,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,23</b>	<b>7,59</b>	<b>54,02</b>	<b>317,27 (27,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	42592	150	1,77	1,47	11,47	66,21
Ruginė duona	578	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Perlinių kruopų troškiny su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	4875	170/60	15,92	14,48	41,24	358,95
Pomidorų skiltelės	638	60	0,60	0,24	3,48	18,48
Agurkų griežinėliai	11273	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Vanduo su citrina	805	150	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,24</b>	<b>16,59</b>	<b>73,71</b>	<b>525,15 (45,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai su varške 9 proc. rieb.	3616	119/51	14,70	12,11	32,81	299,03
Natūralaus jogurto 2,9 proc. rieb. ir uogų padažas	21594	30	1,43	1,13	5,34	37,24
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,13</b>	<b>13,24</b>	<b>38,14</b>	<b>336,28 (29,00 %)</b>

1 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	1187	152	6,65	3,92	36,17	206,54
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Sezoniniai vaisiai	560	190	0,60	0,80	30,20	130,40
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,25</b>	<b>4,72</b>	<b>66,37</b>	<b>336,95 (30,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	63462	150	2,16	4,17	6,29	71,32
Ruginė duona	578	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Orkaitėje kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	4951	90	15,42	7,21	0,37	128,07
Virti ryžiai ilgagrūdžiai (tausojantis)	4899	100	2,73	4,35	26,53	156,19
Aisbergo ir pomidorų salotos su aliejumi ir citrina	73144	100	0,97	4,21	4,17	58,42
Vanduo su apelsinu	807	150	0,09	0,01	1,17	5,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,85</b>	<b>20,33</b>	<b>53,84</b>	<b>489,73 (43,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis)	18843	180	3,90	6,40	36,21	218,00
Kefyras 2,5%	5812	180	5,76	4,50	7,20	92,34
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,66</b>	<b>10,90</b>	<b>43,41</b>	<b>310,34 (27,00 %)</b>

1 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Manų kruopų košė, pagardinta gabalėliu sviesto 82 proc.rieb. ir cinamonu (tausojantis)	2704	150.5	6,65	6,85	33,80	223,50
Nesaldinta arbata su citrina	811	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Apelsinai 150	7800	150	1,35	0,15	17,55	76,95
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,06</b>	<b>7,02</b>	<b>51,89</b>	<b>302,97 (28,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (kopūstų, morkų, svogūnų ir salierų šaknų) sriuba (augalinis) (tausojantis).	14846	150	1,52	4,06	7,64	73,14
Orkaitėje keptas maltos kiaulienos kumpio kepsnys (tausojantis)	4769	80	12,18	10,36	3,14	154,51
Bulvių košė (tausojantis)	6345	103	2,40	2,82	21,18	119,63
Morkų salotos su česnakais ir alyvuogių aliejumi	10704	100	0,97	2,83	9,93	69,01
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>17,07</b>	<b>20,05</b>	<b>41,89</b>	<b>416,30 (39,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės 9 proc.rieb. apkepas (tausojantis)	8472	120	22,42	15,85	20,39	313,83
Trinti vaisiai ir uogos	3770	45	0,42	0,18	8,73	38,22

Vanduo su citrina	805	150	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,90</b>	<b>16,04</b>	<b>29,65</b>	<b>354,57 (33,00 %)</b>

1 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių košė (augalinis) (tausojantis)	2316	160	5,04	6,24	29,71	195,16
Pienas 2,5 proc.rieb.	572	200	5,60	5,00	9,40	105,00
Sezoniniai vaisiai	10987	110	0,77	0,22	19,80	84,26
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,41</b>	<b>11,46</b>	<b>58,91</b>	<b>384,42 (30,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis, porais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	2995	150	2,92	3,31	24,14	138,07
Troškintas jūrų lydekos file maltinis (tausojantis)	188	90	14,40	13,67	3,90	196,18
Virti burokėliai (tausojantis)	5067	120	3,14	3,86	7,13	75,80
Svogūnų, morkų, pupelių garnyras (tausojantis)	12056	50	6,03	3,71	17,97	129,40
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	636	40	0,34	0,08	1,72	8,96
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>26,83</b>	<b>24,63</b>	<b>54,86</b>	<b>548,41 (43,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su sviestu 82 proc.rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc.rieb.	17127	170,00/7/24	15,71	13,87	38,28	340,80
Vanduo su citrina	805	150	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,77</b>	<b>13,88</b>	<b>38,82</b>	<b>343,32 (27,00 %)</b>

1 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška 2,5 proc.rieb. miežinių kruopų košė (tausojantis)	2240	160	6,95	7,12	33,14	224,42
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Sezoniniai vaisiai	9528	150	1,50	0,60	35,10	151,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,45</b>	<b>7,72</b>	<b>68,24</b>	<b>376,23 (31,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			

Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Pateikalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių ilgagrūdžių pomidorinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	63513	150	1,83	2,93	17,17	102,37
Troškintas vištienos file ir šlaunelių maltinukas (tausojantis)	5079	90	16,51	13,34	0,64	188,65
Bulvių, morkų, brokolių košė (tausojantis)	1514	80	2,15	0,37	16,55	78,13
Šviežių daržovių (agurkų, pomidorų, aisbergo salotų, ridikėlių) salotos su aliejumi ir citrina	73001	90	0,81	4,13	3,17	53,02
Vanduo su apelsinu	807	150	0,09	0,01	1,17	5,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,39</b>	<b>20,78</b>	<b>38,69</b>	<b>427,30 (35,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Pateikalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti varškėčiai 9 proc. riebi. (tausojantis)	18508	150	21,33	14,46	21,42	301,11
Natūralaus jogurto 2,9 proc. riebi. ir uogų padažas	21594	30	1,43	1,13	5,34	37,24
Pieno 2,5 proc. riebi. kokteilis su uogomis ir vaisiais	6029	130	2,91	2,45	10,70	76,51
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>25,67</b>	<b>18,04</b>	<b>37,46</b>	<b>414,85 (34,00 %)</b>

2 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Pateikalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių košė (tausojantis)	1206	165	7,31	7,34	31,52	221,36
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Sezoniniai vaisiai	6332	170	0,68	0,00	10,37	44,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,99</b>	<b>7,34</b>	<b>41,89</b>	<b>265,57 (25,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Pateikalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	13595	150	2,08	2,19	17,22	96,92
Kalakutienos file kukulis (tausojantis)	851	80	15,17	8,30	3,35	148,78
Virti ryžiai ilgagrūdžiai (tausojantis)	4899	100	2,73	4,35	26,53	156,19
Pomidorų ir agurkų salotos su nesaldintu jogurtu 2,9 proc. riebi.	10987	100	1,20	0,53	4,46	27,39
Vanduo su citrina	805	150	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,23</b>	<b>15,39</b>	<b>52,09</b>	<b>431,79 (40,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Pateikalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai 9 proc. riebi. su sviestu (82 proc. riebi.) (tausojantis)	3413	170	23,51	15,73	35,78	378,75
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>23,51</b>	<b>15,73</b>	<b>35,78</b>	<b>378,76 (35,00 %)</b>

2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška 2,5 proc. rieb.kukurūzų košė su cinamonu (tausojantis)	30615	152	5,17	4,00	37,48	206,60
Nesaldinta kminų arbata	3128	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Sezoniniai vaisiai	560	190	0,60	0,80	30,20	130,40
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,96</b>	<b>4,95</b>	<b>68,18</b>	<b>341,09 (31,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	63462	150	2,16	4,17	6,29	71,32
Troškintas kiaulienos kumpio maltinis (tausojantis)	463	80	13,87	16,21	3,22	214,28
Bulvių košė (tausojantis)	6345	103	2,40	2,82	21,18	119,63
Šviežių daržovių (agurkų, pomidorų, aisbergo salotų, ridikėlių) salotos su aliejumi ir citrina	73001	90	0,81	4,13	3,17	53,02
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,24</b>	<b>27,32</b>	<b>33,86</b>	<b>458,26 (41,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su kalakutienos file (tausojantis)	35914	190	21,53	7,02	37,83	300,58
Agurkų griežinėliai	11273	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Vanduo su citrina	805	150	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,01</b>	<b>7,03</b>	<b>40,05</b>	<b>311,50 (28,00 %)</b>

2 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška 2,5 proc. rieb.ryžių košė su sviestu 82 proc. rieb. paskaninta uogomis (tausojantis)	6902	200	6,21	6,63	43,59	258,84
Sezoniniai vaisiai	7800	150	1,35	0,15	17,55	76,95
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,56</b>	<b>6,78</b>	<b>61,14</b>	<b>335,80 (28,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	42592	150	1,77	1,47	11,47	66,21
Ruginė duona	578	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Lašišos filė kepsnys (tausojantis)	2799	80	16,88	13,94	0,79	196,12

Kopūstų, morkų salotos su alyvuogių aliejaus užpilu	10735	110	1,45	2,89	6,27	56,89
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>23,54</b>	<b>20,16</b>	<b>45,91</b>	<b>459,22 (39,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai 9 proc.rieb.	3352	150	20,19	15,88	31,32	348,93
Trinti vaisiai ir uogos	3770	45	0,42	0,18	8,73	38,22
Vanduo su citrina	805	150	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,67</b>	<b>16,07</b>	<b>40,58</b>	<b>389,67 (33,00 %)</b>

2 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška 2,5 proc.rieb.miežinių kruopų košė (tausojantis)	2240	160	6,95	7,12	33,14	224,42
Sezoniniai vaisiai	759	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,55</b>	<b>7,12</b>	<b>47,99</b>	<b>286,23 (22,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	3094	150	7,41	4,12	19,59	145,09
Lietiniai blynai su vištiena	5047	115/45	14,95	17,94	39,43	378,99
Grietinė 30 proc.rieb.	1111	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Agurkų griežinėliai	11273	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Morkų lazdelės	1974	20	0,20	0,02	2,08	9,30
Vanduo su citrina	805	150	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>23,43</b>	<b>26,59</b>	<b>63,72</b>	<b>587,98 (45,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis)	18843	180	3,90	6,40	36,21	218,00
Pienas 2,5 proc.rieb.	572	200	5,60	5,00	9,40	105,00
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	18075	40	10,68	8,32	0,16	118,24
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,18</b>	<b>19,72</b>	<b>45,77</b>	<b>441,24 (34,00 %)</b>

2 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kuskuso košė, pagardinta sviestu 82 proc. rieš. ir cinamonu (tausojantis)	8383	150	4,56	6,24	21,98	162,29
Nesaldinta kėmyų arbata	3128	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Sezoniniai vaisiai	9528	150	1,50	0,60	35,10	151,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,26</b>	<b>6,98</b>	<b>57,58</b>	<b>318,18 (28,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su morkomis (augalinis) (tausojantis)	58569	150	4,77	2,40	18,31	113,92
Ruginė duona	578	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Kiaulienos kumpio maltinukas su kopūstais (tausojantis)	32241	90	11,74	7,85	5,28	138,76
Agurkų griežinėliai	11273	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Bulvių košė (tausojantis)	6345	103	2,40	2,82	21,18	119,63
Pomidorų skiltelės	638	60	0,60	0,24	3,48	18,48
Nesaldinta arbata su citrina	811	150	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,46</b>	<b>13,72</b>	<b>65,76</b>	<b>472,31 (42,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omlėtas su fermentiniu 45 proc. rieš. sūriu (tausojantis)	980	107/13	15,01	16,78	7,09	239,42
Pieno 2,5 proc. rieš. kokteilis su uogomis ir bananais	6028	150	3,30	2,76	12,78	89,19
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,31</b>	<b>19,54</b>	<b>19,87</b>	<b>328,62 (29,00 %)</b>

3 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė (augalinis) (tausojantis)	6710	150	5,96	2,64	27,67	158,28
Pienas 2,5 proc. rieš.	572	200	5,60	5,00	9,40	105,00
Sezoniniai vaisiai	759	150	0,60	0,00	14,85	61,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,16</b>	<b>7,64</b>	<b>51,92</b>	<b>325,08 (29,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	63498	150	1,13	9,08	5,58	108,54
Troškintas kiaulienos kumpio kukulis (tausojantis)	24502	80	13,87	16,21	3,22	214,28
Brinkintų grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	6985	75	2,73	2,32	15,60	94,26
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis)	10912	80	2,23	4,34	5,23	68,89

Vanduo su apelsinu	807	150	0,09	0,01	1,17	5,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,05</b>	<b>31,96</b>	<b>30,80</b>	<b>491,09 (43,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių troškiny su bulvėmis, morkomis, kopūstais, žaliaisiais žirneliais ir vištienos krūtinėle (tausojantis)	5276	195	12,24	3,49	23,63	174,88
Ruginė duona su sviestu	5032	47	2,00	6,26	20,46	146,14
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,23</b>	<b>9,75</b>	<b>44,09</b>	<b>321,03 (28,00 %)</b>

3 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	1187	152	6,65	3,92	36,17	206,54
Nesaldinta kmylių arbata	3128	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Sezoniniai vaisiai	6332	170	0,68	0,00	10,37	44,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,53</b>	<b>4,07</b>	<b>47,04</b>	<b>254,84 (23,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir vištienos kumpelių mėsos kukuliais (tausojantis)	68385	150	5,21	3,79	13,10	107,34
Ruginė duona	578	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Troškintas jūrų lydekos file maltinis (tausojantis)	188	90	14,40	13,67	3,90	196,18
Morkų, svogūnų ir česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	932	40	0,51	3,05	4,05	45,65
Šviežių daržovių (agurkų, pomidorų, aisbergo salotų, ridikėlių) salotos su aliejumi ir citrina - (koreg. aisbergo.sal.)	73001	90	0,81	4,13	3,17	53,02
Nesaldinta arbata su citrina	811	150	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,74</b>	<b>25,29</b>	<b>34,52</b>	<b>475,3 (40,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Mieliniai blynai	3481	150	7,77	10,21	37,68	273,66
Trinti vaisiai ir uogos	3770	45	0,42	0,18	8,73	38,22
Pienas 2,5 proc. rieb.	572	200	5,60	5,00	9,40	105,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>13,79</b>	<b>15,39</b>	<b>55,81</b>	<b>416,87 (37,00 %)</b>

3 savaitė  
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių košė (tausojantis)	1206	165	7,31	7,34	31,52	221,36
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Sezoniniai vaisiai	560	190	0,60	0,80	30,20	130,40
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,91</b>	<b>8,14</b>	<b>61,72</b>	<b>351,77 (30,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba su morkomis ir porais (augalinis)	68290	150	5,63	2,25	18,35	116,18
Vištienos file guliašas (tausojantis)	35915	90/30	20,73	7,53	2,11	159,15
Virti ryžiai ilgagrūdžiai (tausojantis)	4899	100	2,73	4,35	26,53	156,19
Pomidorų-agurkų salotos su nesaldintu 2,9 proc. rieb. jogurtu	1270	90	1,10	0,50	3,97	24,81
Nesaldinta arbata su citrina	811	150	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>30,25</b>	<b>14,65</b>	<b>51,49</b>	<b>458,86 (39,00 %)</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės 9 proc. rieb. apkepas (tausojantis)	8472	120	22,42	15,85	20,39	313,83
Trinti vaisiai ir uogos	3770	45	0,42	0,18	8,73	38,22
Vanduo su apelsinu	807	150	0,09	0,01	1,17	5,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,93</b>	<b>16,04</b>	<b>30,29</b>	<b>357,18 (31,00 %)</b>

3 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kuskuso košė, pagardinta sviestu 82 proc. rieb. ir cinamonu (tausojantis)	8383	150	4,56	6,24	21,98	162,29
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Sezoniniai vaisiai	9528	150	1,50	0,60	35,10	151,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,07</b>	<b>6,84</b>	<b>57,08</b>	<b>314,10 (26,00 %)</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis (augalinis) (tausojantis)	64044	150	1,49	4,05	7,57	72,71
Žemaičių blynai su jautienos kumpiu (tausojantis)	32212	85/75	23,56	9,36	54,78	397,60
Grietinė 30 proc. rieb.	1111	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Agurkų griežinėliai	11273	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Juoda arbata	1994	150	0,00	0,00	0,00	0,01

Iš viso maitinimui: 25,87 17,91 64,44 522,40 (43,00 %)

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška 2,5 proc. rieš. makaronų sriuba (tausojantis)	10384	150	9,10	7,31	28,40	215,80
Duona su tepamu sūreliu	2673	70	4,96	7,10	21,64	170,30
Iš viso maitinimui:			14,06	14,41	50,04	386,10 (32,00 %)

3 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių ilgagrūdžių košė su sviestu 82 proc. rieš.(tausojantis)	7114	185	6,17	6,60	43,02	256,15
Sezoniniai vaisiai	7800	150	1,35	0,15	17,55	76,95
Nesaldinta arbata	809	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,52	6,75	60,57	333,11 (26,00 %)

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis, porais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	2995	150	2,92	3,31	24,14	138,07
Troškintas vištienos file ir šlaunelių mėsos maltinukas (tausojantis)	5079	90	16,51	13,34	0,64	188,65
Bulvių košė (tausojantis)	6345	103	2,40	2,82	21,18	119,63
Morkų salotos su česnakais ir alyvuogių aliejumi	10704	100	0,97	2,83	9,93	69,01
Pomidorų skiltelės	638	60	0,60	0,24	3,48	18,48
Vanduo su citrina	805	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			23,45	22,55	59,90	536,35 (42,00 %)

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieno 2,5 proc. rieš.kokteilis su uogomis ir vaisiais	6029	130	2,91	2,45	10,70	76,51
Lietiniai su dešrele	18465	114/56	13,08	17,28	33,44	341,55
Iš viso maitinimui:			16,00	19,73	44,13	418,06 (32,00 %)

Dienos vidurkis: 48,76 43,24 147,59 1174,52