

daudėjimai nuo 2023-11-13



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

**Kauno Panemunės lopšelis-darželis**  
Vaidoto g. 26 A, Kaunas

PATVIRTINTA

Kauno Panemunės lopšelio-darželio  
direktoriaus 2023 m. spalio 11 d.  
įsakymu Nr. V - 105

## **15 DIENŲ MAITINIMAS**

4-7 metų valgiaraštis  
(priešmokyklinė grupė)

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 7.00 iki 19.00 val.

1 savaitė  
Pirmadienis



Direktorė  
SONATA VITKIŲ

| Pusryčiai 09:00 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška kukurūzų, manų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir cinamonu (tausojantis) | 29644   | 195/5  | 6,63                                | 6,03         | 45,24           | 261,69                |
| Trintos uogos  | 21803   | 25     | 0,18                                | 0,10         | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną   | 43745   | 120    | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Nesaldinta arbata  | 15922   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>8,07</b>                         | <b>6,27</b>  | <b>64,08</b>    | <b>345,02</b>         |
| Pietūs 12:30 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)   | 66464   | 150    | 7,87                                | 2,05         | 27,59           | 160,28                |
| Kalakutienos filė guliašas su morkomis (tausojantis)                               | 36356   | 110    | 19,97                               | 10,74        | 5,49            | 198,51                |
| Virti plikyti ryžiai (tausojantis)   | 13446   | 80     | 2,46                                | 0,12         | 22,62           | 101,40                |
| Daržovių rinkinukas (agurkas, pomidoras)   | 25120   | 95     | 0,82                                | 0,20         | 4,16            | 21,70                 |
| Vanduo su citrina  | 16424   | 200    | 0,08                                | 0,02         | 0,67            | 3,14                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>31,18</b>                        | <b>13,13</b> | <b>60,53</b>    | <b>485,03</b>         |
| Papildomi produktai  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Sausainiai   | 16950   | 35     | 2,63                                | 5,43         | 23,8            | 154,53                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>2,63</b>                         | <b>5,43</b>  | <b>23,8</b>     | <b>154,53</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Keptas orkaitėje makaronų su sūriu (45 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)          | 18124   | 140/10 | 11,03                               | 12,61        | 22,02           | 245,74                |
| Kakava su pienu (2,5 proc. rieb.)  | 6889    | 150    | 2,63                                | 2,15         | 4,79            | 49,00                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>13,65</b>                        | <b>14,76</b> | <b>26,81</b>    | <b>294,74</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>   |         |        | <b>55,53</b>                        | <b>39,59</b> | <b>175,22</b>   | <b>1279,32</b>        |



1 savaitė  
Antradienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

| Pusryčiai 09:00 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)           | 6399    | 195/5  | 7,99                                | 8,11         | 32,94           | 236,72                |
| Uogienė  | 21805   | 25     | 0,05                                | 0,00         | 15,55           | 62,40                 |
| Vaisiai pagal sezoną   | 43745   | 120    | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Nesaldinta arbata  | 15919   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>9,31</b>                         | <b>8,25</b>  | <b>64,99</b>    | <b>371,49</b>         |
| Pietūs 12:30 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta daržovių sriuba su žirneliais, kopūstais ir morkom (tausojantis) (augalinė) | 64310   | 150    | 3,05                                | 2,25         | 14,44           | 90,26                 |
| Batono skrebučiai  | 18534   | 15     | 1,2                                 | 0,35         | 8,01            | 39,95                 |
| Bulvių plokštainis su vištienos file   | 36469   | 180/20 | 10,23                               | 5,85         | 38,15           | 246,17                |
| Grietinė (30 proc. rieb.)  | 20354   | 30     | 0,78                                | 9,00         | 0,81            | 87,36                 |
| Morkų lazdelės   | 25124   | 115    | 1,15                                | 0,12         | 11,96           | 53,48                 |
| Vanduo su citrina  | 15923   | 200    | 0,08                                | 0,02         | 0,67            | 3,14                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>16,49</b>                        | <b>17,58</b> | <b>74,04</b>    | <b>520,35</b>         |
| Papildomi produktai  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Batonas su varškės sūrelis be glaisto (7 proc. rieb.)                              | 5207    | 30/40  | 8,13                                | 3,73         | 21,01           | 150,13                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>8,13</b>                         | <b>3,73</b>  | <b>21,01</b>    | <b>150,13</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)                                     | 12601   | 100    | 18,49                               | 8,95         | 30,58           | 276,81                |
| Grietinės (30 proc. rieb.) - sviesto (82 proc. rieb.) padažas                      | 22395   | 28     | 0,66                                | 10,93        | 2,8             | 112,22                |
| Nesaldinta arbata  | 15922   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>19,14</b>                        | <b>19,89</b> | <b>33,38</b>    | <b>389,05</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>   |         |        | <b>53,07</b>                        | <b>49,45</b> | <b>193,42</b>   | <b>1431,02</b>        |





Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

*Vitkuvienė*

1 savaitė  
Trečiadienis

| Pusryčiai 09:00 val.   |         |         |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|---------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |         | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška trijų grūdų (avižų, kviečių, miežių) košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis) | 17814   | 194/6   | 6,67                                | 7,51         | 31,62           | 220,74                |
| Trintos uogos  | 21803   | 25      | 0,18                                | 0,10         | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną   | 43745   | 120     | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Nesaldinta arbata  | 15922   | 200     | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |         | <b>8,11</b>                         | <b>7,75</b>  | <b>50,46</b>    | <b>304,08</b>         |
| Pietūs 12:30 val.  |         |         |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |         | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Kopūšų sriuba (pagal sezoną) (tausojantis) (augalinis)                                       | 64496   | 150     | 1,05                                | 1,4          | 7,21            | 45,66                 |
| Ruginė duona su sėklomis   | 18135   | 40      | 3,64                                | 1,64         | 18,56           | 103,56                |
| Menkės maltinukai su morkomis ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)                      | 20431   | 80      | 14,17                               | 8,44         | 5,06            | 152,85                |
| Virti plikyti ryžiai (tausojantis)   | 13446   | 80      | 2,46                                | 0,12         | 22,62           | 101,40                |
| Burokėlių salotos su aliejumi  | 70749   | 85      | 2,46                                | 1,98         | 4,28            | 44,84                 |
| Vanduo su citrina  | 21907   | 200     | 0,03                                | 0,01         | 0,24            | 1,13                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |         | <b>23,81</b>                        | <b>13,59</b> | <b>57,97</b>    | <b>449,44</b>         |
| Papildomi produktai  |         |         |                                     |              |                 |                       |
| Sūrio lazdelė (40 proc rieb.)  | 2807    | 40      | 10,68                               | 8,32         | 0,16            | 118,24                |
| Trapučiai  | 4168    | 10      | 0,82                                | 0,23         | 7,95            | 37,15                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |         | <b>11,5</b>                         | <b>8,55</b>  | <b>8,11</b>     | <b>155,39</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.   |         |         |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |         | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)  | 12254   | 110     | 19,79                               | 13,35        | 20,13           | 279,79                |
| Uogienė  | 21805   | 25      | 0,05                                | 0,00         | 15,55           | 62,40                 |
| Nesaldinta arbata  | 15919   | 200     | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |         | <b>19,84</b>                        | <b>13,35</b> | <b>35,68</b>    | <b>342,23</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>   |         |         | <b>63,26</b>                        | <b>43,24</b> | <b>152,22</b>   | <b>1251,14</b>        |



1 savaitė  
Ketvirtadienis



Direktorė  
SONATA VITKUNĖ

| Pusryčiai 09:00 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
|---|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Grikių kruopų košė su morkomis (augalinis)                            | 336     | 180/20 | 6,96                                | 6,09         | 39,28           | 239,71                |
| Nesaldinta arbata   | 15919   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| Vaisiai pagal sezoną  | 43745   | 120    | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>8,23</b>                         | <b>6,23</b>  | <b>55,78</b>    | <b>312,07</b>         |
| Pietūs 12:30 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pomidorinė sriuba su plikytai ryžiais ir vištienos filė (tausojantis) | 371     | 132/18 | 6,51                                | 4,23         | 21,97           | 152,04                |
| Virti makaronai su maltu kiaulienos kumpiu (tausojantis)              | 28981   | 80/70  | 19,32                               | 14,34        | 27,06           | 314,56                |
| Daržovių rinkinukas (aisbergo salotos, agurkas, paprikos)             | 25165   | 95     | 0,82                                | 0,09         | 3,89            | 19,63                 |
| Vanduo paskanintas apelsiniais  | 1980    | 157,5  | 0,06                                | 0,01         | 0,82            | 3,59                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>26,71</b>                        | <b>18,67</b> | <b>53,73</b>    | <b>489,81</b>         |
| Papildomi produktai   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Obuolių-bananų tyrėlė   | 64332   | 190    | 1,33                                | 0,89         | 34,2            | 150,16                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>1,33</b>                         | <b>0,89</b>  | <b>34,2</b>     | <b>150,16</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Blynai su obuoliais   | 17928   | 110    | 7,98                                | 8,69         | 48,16           | 302,74                |
| Trintos uogos   | 21803   | 25     | 0,18                                | 0,1          | 2,35            | 10,98                 |
| Pienas (2,5 proc.rieb.)   | 6675    | 150    | 4,2                                 | 3,75         | 7,05            | 78,75                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>12,36</b>                        | <b>12,54</b> | <b>57,55</b>    | <b>392,47</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>  |         |        | <b>48,63</b>                        | <b>38,33</b> | <b>201,26</b>   | <b>1344,51</b>        |



1 savaitė  
Penktadienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

| Pusryčiai 09:00 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
|---|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Miežinė košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)            | 17821   | 200/5  | 6,73                                | 6,77         | 33,86           | 223,28                |
| Trintos uogos   | 21803   | 25     | 0,18                                | 0,10         | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną  | 43745   | 120    | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Nesaldinta arbata   | 15922   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>8,18</b>                         | <b>7,01</b>  | <b>52,70</b>    | <b>306,62</b>         |
| 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)          | 64499   | 150    | 2,81                                | 2,19         | 16,58           | 97,25                 |
| Vištienos kumpelių/šlaunelių mėsos ir filė maltinis (tausojantis) | 37538   | 90     | 17,56                               | 10,79        | 8,64            | 201,92                |
| Bulvių košė (tausojantis)   | 13445   | 90     | 2,24                                | 2,93         | 18,46           | 109,10                |
| Ridikėlių ir agurkų salotos                                       | 70852   | 90     | 1,1                                 | 0,4          | 2,82            | 19,25                 |
| Vanduo su citrina   | 21907   | 200    | 0,03                                | 0,01         | 0,24            | 1,13                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>23,73</b>                        | <b>16,31</b> | <b>46,73</b>    | <b>428,64</b>         |
| Papildomi produktai   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Sausainiai  | 16950   | 35     | 2,63                                | 5,43         | 23,8            | 154,53                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>2,63</b>                         | <b>5,43</b>  | <b>23,8</b>     | <b>154,53</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Omletas su sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)                   | 5035    | 100/5  | 12,32                               | 12,41        | 8,54            | 195,12                |
| Duona su sviestu (82 proc. rieb.)                                 | 14210   | 30/5   | 1,99                                | 4,62         | 20,44           | 131,28                |
| Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.)                                   | 12896   | 20     | 5,34                                | 4,16         | 0,08            | 59,12                 |
| Nesaldinta arbata   | 15919   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>19,64</b>                        | <b>21,19</b> | <b>29,06</b>    | <b>385,55</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>  |         |        | <b>54,18</b>                        | <b>49,94</b> | <b>152,29</b>   | <b>1275,34</b>        |

2 savaitė  
Pirmadienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

| Pusryčiai 09:00 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Manų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)          | 17815   | 146/4  | 6,77                                | 6,31         | 38,51           | 237,90                |
| Vaisiai pagal sezoną   | 43745   | 120    | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Nesaldinta arbata  | 15919   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                                   |         |        | <b>8,05</b>                         | <b>6,45</b>  | <b>55,01</b>    | <b>310,27</b>         |
| Pietūs 12:30 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)                      | 64560   | 150    | 6,16                                | 3,3          | 24,44           | 152,05                |
| Plykėtų ryžių plovos su kalakutienos krutinėle (tausojantis) | 36514   | 105/65 | 17,11                               | 15,84        | 32,77           | 342,1                 |
| Daržovių rinkinukas (agurkas, pomidoras, paprika)            | 25756   | 85     | 0,77                                | 0,22         | 4,51            | 23,1                  |
| Vanduo paskanintas apelsiniais                               | 1980    | 157,5  | 0,06                                | 0,01         | 0,82            | 3,59                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                                   |         |        | <b>24,1</b>                         | <b>19,37</b> | <b>62,53</b>    | <b>520,84</b>         |
| Papildomi produktai  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Sausainiai   | 16950   | 35     | 2,63                                | 5,43         | 23,8            | 154,53                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                                   |         |        | <b>2,63</b>                         | <b>5,43</b>  | <b>23,8</b>     | <b>154,53</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Mieliniai blynai   | 18179   | 120    | 8,88                                | 12,75        | 42,48           | 320,17                |
| Trintos uogos  | 21803   | 25     | 0,18                                | 0,10         | 2,35            | 10,98                 |
| Nesaldinta arbata  | 15922   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                                   |         |        | <b>9,06</b>                         | <b>12,85</b> | <b>44,83</b>    | <b>331,18</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>                                       |         |        | <b>43,84</b>                        | <b>44,1</b>  | <b>186,17</b>   | <b>1316,82</b>        |



2 savaitė  
Antradienis



Direktorė  
SONATA VITKUNAITIENĖ

| Pusryčiai 09:00 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Avižinių dribsnių košė su bananais (tausojantis) (augalinis) | 30783   | 200/20 | 9,14                                | 6,77         | 45,69           | 280,24                |
| Trintos uogos  | 21803   | 25     | 0,18                                | 0,10         | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną   | 43745   | 120    | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Nesaldinta arbata  | 15919   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                                   |         |        | <b>10,59</b>                        | <b>7,01</b>  | <b>64,53</b>    | <b>363,59</b>         |
| Pietūs 12:30 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Makaronų sriuba su vištienos filė (tausojantis)              | 66472   | 126/24 | 8,11                                | 3,96         | 15,81           | 131,33                |
| Pieniškios a.r. dešrelės (tausojantis)                       | 30317   | 100    | 13,00                               | 18,00        | 3,00            | 226,00                |
| Bulvių košė (tausojantis)                                    | 13445   | 90     | 2,24                                | 2,93         | 18,46           | 109,10                |
| Kopūstų, kukurūzų, agurkų salotos                            | 70748   | 100    | 1,44                                | 2,81         | 5,85            | 54,42                 |
| Vanduo su citrina  | 21907   | 200    | 0,03                                | 0,01         | 0,24            | 1,13                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                                   |         |        | <b>24,81</b>                        | <b>27,7</b>  | <b>43,36</b>    | <b>521,99</b>         |
| Papildomi produktai  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Batonas su varškės sūrelis be glaišto (7 proc. rieš.)        | 5207    | 30/40  | 8,13                                | 3,73         | 21,01           | 150,13                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                                   |         |        | <b>8,13</b>                         | <b>3,73</b>  | <b>21,01</b>    | <b>150,13</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškės (9 proc. rieš.) blynai                               | 10069   | 100    | 15,28                               | 12,73        | 48,03           | 367,84                |
| Trintos uogos  | 21803   | 25     | 0,18                                | 0,10         | 2,35            | 10,98                 |
| Nesaldinta arbata  | 15922   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                                   |         |        | <b>15,46</b>                        | <b>12,83</b> | <b>50,38</b>    | <b>378,85</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>                                       |         |        | <b>58,99</b>                        | <b>51,27</b> | <b>179,28</b>   | <b>1414,56</b>        |



2 savaitė  
Trečiadienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

| Pusryčiai 09:00 val.                       |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Ilgagrūdžių ryžių košė (tausojantis)       | 30784   | 200    | 8,15                                | 4,65         | 46,21           | 259,31                |
| Trintos uogos                              | 21803   | 25     | 0,18                                | 0,10         | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną                       | 43745   | 120    | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Kakava su pienu (2,5 proc. rie.)           | 6889    | 150    | 2,63                                | 2,15         | 4,79            | 49,00                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                 |         |        | <b>12,22</b>                        | <b>7,04</b>  | <b>69,84</b>    | <b>391,63</b>         |
| Pietūs 12:30 val.                          |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis) | 66474   | 150    | 2,51                                | 3,16         | 11,64           | 85,04                 |
| Ruginė duona su sėklomis                   | 18134   | 35     | 3,19                                | 1,44         | 16,24           | 90,62                 |
| Vištienos filė blynėliai .                 | 36415   | 85     | 20,54                               | 6,68         | 10,35           | 183,64                |
| Virti griekiai (tausojantis)               | 21532   | 70     | 4,41                                | 1,09         | 24,26           | 124,43                |
| Daržovių rinkinukas (paprikos, pomidoras)  | 25167   | 80     | 0,78                                | 0,28         | 4,82            | 24,92                 |
| Vanduo paskanintas apelsiniais             | 5659    | 157,5  | 0,06                                | 0,01         | 0,84            | 3,69                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                 |         |        | <b>31,49</b>                        | <b>12,64</b> | <b>68,16</b>    | <b>512,34</b>         |
| Papildomi produktai                        |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Obuolių-bananų tyrėlė                      | 64332   | 190    | 1,33                                | 0,89         | 34,2            | 150,16                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                 |         |        | <b>1,33</b>                         | <b>0,89</b>  | <b>34,2</b>     | <b>150,16</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.                       |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                      | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Orkaitėje keptas skrebutis (tausojantis)   | 15978   | 130    | 11,29                               | 8,04         | 28,34           | 230,85                |
| Sūrio lazdelės (40 proc. rie.)             | 12896   | 20     | 5,34                                | 4,16         | 0,08            | 59,12                 |
| Nesaldinta arbata                          | 15919   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                 |         |        | <b>16,63</b>                        | <b>12,20</b> | <b>28,42</b>    | <b>290,01</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>                     |         |        | <b>61,67</b>                        | <b>32,77</b> | <b>200,62</b>   | <b>1344,14</b>        |



2 savaitė  
Ketvirtadienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

| Pusryčiai 09:00 val.  |         |             |                                     |              |                 |                       |
|---|---------|-------------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |             | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška penkių (avižių, miežių, kviečių, rūgių, sorų) kruopų košė su saulėgrąžomis (tausojantis) | 2517    | 147/3       | 8,94                                | 4,81         | 44,26           | 256,04                |
| Trintos uogos   | 21803   | 25          | 0,18                                | 0,1          | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną  | 43745   | 141         | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Nesaldinta arbata   | 15919   | 200         | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |             | <b>10,38</b>                        | <b>5,05</b>  | <b>63,1</b>     | <b>339,38</b>         |
| Pietūs 12:30 val.   |         |             |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |             | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Morkų ir cukinijų sriuba (tausojantis) (augalinis)  | 66475   | 150         | 2,17                                | 2,16         | 17,42           | 97,82                 |
| Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)   | 30291   | 105/55      | 13,62                               | 7,05         | 45,09           | 298,30                |
| Grietinė (30 proc. rieb.)   | 12599   | 30          | 0,78                                | 9,00         | 0,81            | 87,36                 |
| Morkų lazdelės  | 25169   | 100         | 1,00                                | 0,10         | 10,40           | 46,50                 |
| Vanduo su citrina   | 16424   | 200         | 0,08                                | 0,02         | 0,67            | 3,14                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |             | <b>17,65</b>                        | <b>18,33</b> | <b>74,39</b>    | <b>533,12</b>         |
| Papildomi produktai   |         |             |                                     |              |                 |                       |
| Sūrio lazdelė (40 proc rieb.)   | 2807    | 40          | 10,68                               | 8,32         | 0,16            | 118,24                |
| Trapučiai   | 4168    | 10          | 0,82                                | 0,23         | 7,95            | 37,15                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |             | <b>11,5</b>                         | <b>8,55</b>  | <b>8,11</b>     | <b>155,39</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.  |         |             |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiga      | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |             | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)  | 3413    | 160         | 5,74                                | 5,74         | 20,52           | 156,64                |
| Duona su sviestu ir agurku (82 proc. rieb.)   | 17214   | 40/5/3<br>0 | 2,2                                 | 4,62         | 21,28           | 135,48                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |             | <b>7,93</b>                         | <b>10,36</b> | <b>41,8</b>     | <b>292,12</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>  |         |             | <b>47,46</b>                        | <b>42,29</b> | <b>187,4</b>    | <b>1320,01</b>        |





Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

2 savaitė  
Penktadienis

| Pusryčiai 09:00 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Vainilinė kukurūzų košė (tausojantis)                                  | 30785   | 200    | 6,62                                | 5,68         | 41,53           | 243,69                |
| Uogienė  | 21805   | 25     | 0,05                                | 0            | 15,55           | 62,4                  |
| Vaisiai pagal sezoną   | 38050   | 120    | 0,85                                | 0,14         | 15,65           | 67,26                 |
| Nesaldinta arbata  | 15919   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>7,51</b>                         | <b>5,82</b>  | <b>72,74</b>    | <b>373,37</b>         |
| Pietūs 12:30 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)                        | 64580   | 150    | 2,13                                | 3,31         | 18,43           | 111,98                |
| Orkaitėje kepta lašišos file su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) | 20493   | 90     | 19,88                               | 21,23        | 0,70            | 273,40                |
| Virti plikyti ryžiai (tausojantis)                                     | 13446   | 80     | 2,46                                | 0,12         | 22,62           | 101,40                |
| Burokėlių salotos su žaliais konservuotais žirneliais                  | 72690   | 90     | 2,65                                | 2,18         | 4               | 46,17                 |
| Pjaustyti agurkai  | 17008   | 50     | 0,35                                | 0,00         | 1,40            | 7,00                  |
| Vanduo paskanintas apelsiniais   | 5659    | 157,5  | 0,06                                | 0,01         | 0,84            | 3,69                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>27,53</b>                        | <b>26,84</b> | <b>47,99</b>    | <b>543,64</b>         |
| Papildomi produktai  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Obuolių-banų tyrelė  | 64332   | 190    | 1,33                                | 0,89         | 34,2            | 150,16                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>1,33</b>                         | <b>0,89</b>  | <b>34,2</b>     | <b>150,16</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškės 9 proc. rieš. apkepas su kokosų drožlėmis (tausojantis)        | 18787   | 150    | 20,89                               | 17,11        | 18,04           | 309,73                |
| Trintos uogos  | 21803   | 25     | 0,18                                | 0,10         | 2,35            | 10,98                 |
| Nesaldinta arbata  | 15922   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>21,06</b>                        | <b>17,22</b> | <b>20,39</b>    | <b>320,74</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>   |         |        | <b>57,43</b>                        | <b>50,77</b> | <b>175,32</b>   | <b>1387,91</b>        |



3 savaitė  
Pirmadienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

| Pusryčiai 09:00 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
|---|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti makaronai su sūriu (45 proc.rieb.) (tausojantis)                  | 9989    | 187/13 | 10,73                               | 7,34         | 29,31           | 226,17                |
| Vaisiai pagal sezoną  | 43745   | 120    | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Nesaldinta arbata   | 15922   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>12,00</b>                        | <b>7,48</b>  | <b>45,81</b>    | <b>298,53</b>         |
| Pietūs 12:30 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)                 | 66278   | 150    | 5,54                                | 2,37         | 20,3            | 124,75                |
| Troškintas kiaulienos kumpis su grietine (30 proc. rieš.) (tausojantis) | 30292   | 100    | 17,91                               | 16,05        | 2,58            | 226,44                |
| Virti griekiai (tausojantis)  | 21532   | 70     | 4,41                                | 1,09         | 24,26           | 124,43                |
| Daržovių rinkinukas (agurkas, paprika)                                  | 25549   | 90     | 0,72                                | 0,09         | 4,28            | 20,79                 |
| Vanduo su citrina   | 16424   | 200    | 0,08                                | 0,02         | 0,67            | 3,14                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>28,66</b>                        | <b>19,62</b> | <b>52,08</b>    | <b>499,54</b>         |
| Papildomi produktai   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Sūrio lazdelė (40 proc rieš.)   | 2807    | 40     | 10,68                               | 8,32         | 0,16            | 118,24                |
| Trapučiai   | 4168    | 10     | 0,82                                | 0,23         | 7,95            | 37,15                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>11,5</b>                         | <b>8,55</b>  | <b>8,11</b>     | <b>155,39</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Bulvių kukuliai su varške (9 proc. rieš.) (tausojantis)                 | 19289   | 95/45  | 11,32                               | 4,93         | 45,27           | 270,68                |
| Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieš.)                                | 21830   | 30     | 1,11                                | 0,9          | 1,53            | 18,66                 |
| Nesaldinta arbata   | 15919   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>12,43</b>                        | <b>5,83</b>  | <b>46,8</b>     | <b>289,37</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>  |         |        | <b>64,59</b>                        | <b>41,48</b> | <b>152,8</b>    | <b>1242,83</b>        |



3 savaitė  
Antradienis



| Pusryčiai 09:00 val.   |         |         |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|---------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |         | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Perlinių kruopų košė (rizotas) (tausojantis)                         | 30786   | 200     | 6,18                                | 5,80         | 30,58           | 199,21                |
| Sumuštinis su tepamu sūreliu (iki 50 proc. rieb.) ir agurku          | 16045   | 35/5/10 | 3,38                                | 1,92         | 19,32           | 108,01                |
| Vaisiai pagal sezoną   | 43745   | 120     | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Nesaldinta arbata  | 15919   | 200     | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |         | <b>10,83</b>                        | <b>7,86</b>  | <b>66,39</b>    | <b>379,59</b>         |
| Pietūs 12:30 val.  |         |         |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |         | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)                             | 64587   | 150     | 9,29                                | 3,15         | 33,37           | 199,03                |
| Ruginė duona su sėklomis   | 18135   | 40      | 3,64                                | 1,64         | 18,56           | 103,56                |
| Vištienos filė ir daržovių apkepas (morkos, cukinijos) (tausojantis) | 36418   | 62/58   | 17,03                               | 7,71         | 8,44            | 171,22                |
| Pomidorų skiltelės   | 70751   | 60      | 0,60                                | 0,24         | 3,48            | 18,48                 |
| Vanduo paskanintas apelsiniais                                       | 5659    | 157,5   | 0,06                                | 0,01         | 0,84            | 3,69                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |         | <b>30,62</b>                        | <b>12,75</b> | <b>64,7</b>     | <b>495,99</b>         |
| Papildomi produktai  |         |         |                                     |              |                 |                       |
| Batonas su varškės sūrelis be glaisto (7 proc. rieb.)                | 5207    | 30/40   | 8,13                                | 3,73         | 21,01           | 150,13                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |         | <b>8,13</b>                         | <b>3,73</b>  | <b>21,01</b>    | <b>150,13</b>         |
| 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)                | 12601   | 100     | 18,49                               | 8,95         | 30,58           | 276,81                |
| Grietinės (30 proc. rieb.) ir sviesto (82 proc. rieb.) padažas       | 22395   | 28      | 0,66                                | 10,93        | 2,8             | 112,22                |
| Nesaldinta arbata  | 15922   | 200     | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |         | <b>19,14</b>                        | <b>19,89</b> | <b>33,38</b>    | <b>389,05</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>   |         |         | <b>68,72</b>                        | <b>44,23</b> | <b>185,48</b>   | <b>1414,76</b>        |





Direktorė  
SONATA VITKUVIČIŲ

3 savaitė  
Trečiadienis

| Pusryčiai 09:00 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
|---|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti kiaušiniai (tausojantis)                                    | 4840    | 120    | 15,24                               | 13,08        | 1,08            | 183                   |
| Grietinė (30 proc. rieb.)   | 20771   | 25     | 0,65                                | 7,5          | 0,68            | 72,8                  |
| Duona su sviestu (82 proc. rieb.)                                 | 851     | 30/5   | 1,5                                 | 4,49         | 15,34           | 107,75                |
| Konservuoti žali žirneliai  | 20835   | 40     | 1,76                                | 0,12         | 5               | 28,12                 |
| Nesaldinta arbata   | 15922   | 200    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>19,15</b>                        | <b>25,19</b> | <b>22,1</b>     | <b>391,7</b>          |
| Pietūs 12:30 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) | 64589   | 150    | 2,49                                | 2,3          | 21,38           | 116,19                |
| Lydekos filė blynėliai  | 20462   | 90     | 16,28                               | 11,68        | 5,66            | 192,93                |
| Virti plikyti ryžiai (tausojantis)                                | 13446   | 80     | 2,46                                | 0,12         | 22,62           | 101,40                |
| Orkaitė kepti burokėliai (tausojantis) (augalinis)                | 25164   | 90     | 1,44                                | 0,66         | 8,57            | 46                    |
| Vanduo su citrina   | 16424   | 200    | 0,08                                | 0,02         | 0,67            | 3,14                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>22,75</b>                        | <b>14,79</b> | <b>58,9</b>     | <b>459,67</b>         |
| Papildomi produktai   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Sausainiai  | 16950   | 35     | 2,63                                | 5,43         | 23,8            | 154,53                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>2,63</b>                         | <b>5,43</b>  | <b>23,8</b>     | <b>154,53</b>         |
|   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Vakarienė 16:00 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Konvekciniėje keptos bulvės su prieskoniais (tausojantis)         | 21533   | 140    | 2,80                                | 3,14         | 27,59           | 149,85                |
| Pomidorų skiltelės  | 70754   | 30     | 0,30                                | 0,12         | 1,74            | 9,24                  |
| Vaisiai pagal sezoną  | 38050   | 120    | 0,85                                | 0,14         | 15,65           | 67,26                 |
| Kefyras (2,5 proc. rieb.)   | 15924   | 200    | 6,40                                | 5,00         | 8,00            | 102,60                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>10,35</b>                        | <b>8,4</b>   | <b>52,98</b>    | <b>328,94</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>  |         |        | <b>54,88</b>                        | <b>53,81</b> | <b>157,78</b>   | <b>1334,84</b>        |



3 savaitė  
Ketvirtadienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

| Pusryčiai 09:00 val.                                     |         |         |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|---------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                    | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |         | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškė (9 proc. rieb.) su uogomis                        | 19187   | 136/14  | 18,8                                | 10,26        | 10,49           | 209,46                |
| Batono skrebučiai  | 17646   | 30      | 2,40                                | 0,69         | 16,02           | 79,89                 |
| Vaisiai pagal sezoną                                     | 43745   | 120     | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Nesaldinta arbata  | 15919   | 200     | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                               |         |         | <b>22,48</b>                        | <b>11,09</b> | <b>43</b>       | <b>361,72</b>         |
| Pietūs 12:30 val.  |         |         |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                    | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |         | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Kopūstų sriuba (tausojojantis) (augalinis)               | 64496   | 150     | 1,05                                | 1,4          | 7,21            | 45,66                 |
| Lietiniai blynai įdaryti vištienos filė                  | 37890   | 85/65   | 22,39                               | 15,42        | 43,88           | 403,86                |
| Grietinė (30 proc. rieb.)                                | 12598   | 25      | 0,65                                | 7,5          | 0,68            | 72,8                  |
| Daržovių rinkinukas (aisbergas, agurkas, pomidoras)      | 22013   | 80      | 0,74                                | 0,15         | 3,20            | 17,11                 |
| Vanduo paskanintas apelsinais                            | 5659    | 157,5   | 0,06                                | 0,01         | 0,84            | 3,69                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                               |         |         | <b>24,89</b>                        | <b>24,48</b> | <b>55,81</b>    | <b>543,12</b>         |
| Papildomi produktai                                      |         |         |                                     |              |                 |                       |
| Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)                           | 2807    | 40      | 10,68                               | 8,32         | 0,16            | 118,24                |
| Trapučiai  | 4168    | 10      | 0,82                                | 0,23         | 7,95            | 37,15                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                               |         |         | <b>11,5</b>                         | <b>8,55</b>  | <b>8,11</b>     | <b>155,39</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.                                     |         |         |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                    | Rp. Nr. | Išeiiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |         | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti makaronai su braškėmis (tausojojantis) (augalinis) | 17923   | 80/40   | 9,88                                | 2,21         | 44,75           | 238,4                 |
| Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.)                          | 12896   | 20      | 5,34                                | 4,16         | 0,08            | 59,12                 |
| Nesaldinta arbata  | 15922   | 200     | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>                               |         |         | <b>15,22</b>                        | <b>6,37</b>  | <b>44,83</b>    | <b>297,55</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>                                   |         |         | <b>74,09</b>                        | <b>50,49</b> | <b>151,75</b>   | <b>1357,78</b>        |



3 savaitė  
Pentadienis



| Pusryčiai 09:00 val.   |         |                 |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|-----------------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga          | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |                 | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Avižinių dribsnių košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)                       | 31825   | 145/5           | 9,34                                | 8,73         | 37,23           | 264,85                |
| Trintos uogos  | 21803   | 25              | 0,18                                | 0,1          | 2,35            | 10,98                 |
| Vaisiai pagal sezoną   | 43745   | 120             | 1,27                                | 0,14         | 16,50           | 72,33                 |
| Arbata juodoji   | 15922   | 200             | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,03                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |                 | <b>10,79</b>                        | <b>8,97</b>  | <b>56,07</b>    | <b>348,2</b>          |
| Pietūs 12:30 val.  |         |                 |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga          | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |                 | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)                                      | 64580   | 150             | 2,13                                | 3,31         | 18,43           | 111,98                |
| Batono skrebučiai  | 18534   | 15              | 1,2                                 | 0,35         | 8,01            | 39,95                 |
| Kalakutienos krūtinėlės file maltinis (tausojantis)                                  | 36556   | 80              | 16,65                               | 6,12         | 10,27           | 162,82                |
| Jogurtinis (iki 3,8proc. rieb.) padažas su žalumynais                                | 947     | 24              | 0,88                                | 2,43         | 1,62            | 31,92                 |
| Bulvių košė (tausojantis)  | 13445   | 90              | 2,24                                | 2,93         | 18,46           | 109,10                |
| Kopūstų salotos  | 39884   | 80              | 0,93                                | 6,39         | 6,37            | 86,65                 |
| Ridikai  | 25183   | 30              | 0,32                                | 0,02         | 0,85            | 4,87                  |
| Vanduo su citrina  | 21907   | 200             | 0,03                                | 0,01         | 0,24            | 1,13                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |                 | <b>24,38</b>                        | <b>21,55</b> | <b>64,25</b>    | <b>548,41</b>         |
| Papildomi produktai  |         |                 |                                     |              |                 |                       |
| Obuolių-bananų tyrėlė  | 64332   | 190             | 1,33                                | 0,89         | 34,2            | 150,16                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |                 | <b>1,33</b>                         | <b>0,89</b>  | <b>34,2</b>     | <b>150,16</b>         |
| Vakarienė 16:00 val.   |         |                 |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga          | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |                 | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška ilgagrūdžių ryžių sriuba (tausojantis)                                      | 2759    | 150             | 4,65                                | 5,21         | 21,84           | 152,84                |
| Karšti sumuštiniai su fermentiniu sūriu (48 proc. rieb.), pomidorų padažu ir dešrelė | 16548   | 30/15/<br>10/20 | 8,81                                | 8,07         | 18,85           | 183,25                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |                 | <b>10,05</b>                        | <b>13,53</b> | <b>39,55</b>    | <b>320,16</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>   |         |                 | <b>46,55</b>                        | <b>44,94</b> | <b>194,07</b>   | <b>1366,93</b>        |