

*Naudojamas 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 - 195

**15 DIENŲ MAITINIMAS**  
4-7 metų valgiaraštis

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 7.00 iki 19.00 val.


 I savaitė  
 Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupeliu sriuba (augalinis) (tausojantis)	66464	150	7,87	2,05	27,59	160,28
Kalakutienos filė guliašas su morkomis (tausojantis)	36356	100/10	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>
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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>52,9</b>	<b>34,16</b>	<b>151,42</b>	<b>1124,79</b>

1 savaitė  
Antradienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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.	Išeiga	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>
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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>44,94</b>	<b>45,72</b>	<b>172,41</b>	<b>1280,89</b>



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

1 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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.	Išeiga	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	#####	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>
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	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>51,76</b>	<b>34,69</b>	<b>144,11</b>	<b>1095,75</b>

1 savaitė  
Ketvirtadienis



Direktore  
**SONATA VITKUVIENĖ**

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	150	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>
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>47,3</b>	<b>37,44</b>	<b>167,06</b>	<b>1194,35</b>

1 savaitė  
Penktadienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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.	Išėiga	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>
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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>51,55</b>	<b>44,51</b>	<b>128,49</b>	<b>1120,81</b>

2 savaitė  
Pirmadienis



Direktore  
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
Plykytų ryžių plovos su kalakutienos krutinėle (tausojantis)	36514	105/6 5	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	150	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>
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>41,21</b>	<b>38,67</b>	<b>162,37</b>	<b>1162,29</b>

2 savaitė  
Antradienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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.	Išeiga	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
Pieniškės 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>
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) 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>50,86</b>	<b>47,54</b>	<b>158,27</b>	<b>1264,43</b>



2 savaitė  
Trečiadienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENI

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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. rieb.)	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.	Išėiga	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 .su cukinija	36415	62/23	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	150	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>
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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. 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>16,63</b>	<b>12,20</b>	<b>28,42</b>	<b>290,01</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>60,34</b>	<b>31,88</b>	<b>166,42</b>	<b>1193,98</b>

2 savaitė  
Ketvirtadienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška penkių (avižų, 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	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>10,38</b>	<b>5,05</b>	<b>63,1</b>	<b>339,38</b>
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	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	105/5 5	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>
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	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 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>35,96</b>	<b>33,74</b>	<b>179,29</b>	<b>1164,62</b>

2 savaitė  
Penktadienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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.	Išeiga	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	150	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>
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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>56,1</b>	<b>49,88</b>	<b>141,12</b>	<b>1237,75</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	187/1 3	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>
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>53,09</b>	<b>32,93</b>	<b>144,69</b>	<b>1087,44</b>

3 savaitė  
Antradienis



Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	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. rieš) 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.	Išeiğa	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	150	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>
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieš) (tausojantis)	12601	100	18,49	8,95	30,58	276,81
Grietinės (30 proc. rieš) ir sviesto (82 proc. rieš) 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>60,59</b>	<b>40,5</b>	<b>164,47</b>	<b>1264,63</b>



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

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. rieב.)	20771	25	0,65	7,5	0,68	72,8
Duona su sviestu (82 proc. rieב.)	851	30/5	1,5	4,49	15,34	107,75
Konservuoti žali žirnėliai	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>
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. rieב.)	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>52,25</b>	<b>48,38</b>	<b>133,98</b>	<b>1180,31</b>

3 savaitė  
Ketvirtadienis



Direktorė  
SONATA VITKUVIENĖ

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba (tausojantis) (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 apelsiniais	5659	150	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>
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su braškėmis (tausojantis) (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>62,59</b>	<b>41,94</b>	<b>143,64</b>	<b>1202,39</b>

3 savaitė  
Penktadienis



Direktorė  
**SONATA VITKUVIŲ**

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	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.	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
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>
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	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/ 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>45,22</b>	<b>44,05</b>	<b>159,87</b>	<b>1216,77</b>