

Kauno lopšelis – darželis „Varpelis“, S. Žukausko g. 17, Kaunas

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

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

Nemokamo maitinimo valgiaraštis

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7 iki 19 val.



1 savaitė						
Pirmadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška grikių kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis)	19143	205,00	10,04	8,56	43,33	290,44
Pienas 2,5 %	16832	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			14,24	12,31	50,38	369,19
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta morkų sriuba (tausojantis) (augalinis)	39884	150,00	1,22	5,35	11,77	100,09
Viso grūdo skrebučiai	11340	20,00	1,60	0,46	10,68	53,26
Orkaitėje kepti lašišų kąsneliai (tausojantis)	12449	70,00	20,97	15,69	1,26	230,12
Perlinis kuskusas (tausojantis)	14435	60,00	1,14	0,06	6,90	32,70
Agurkai, pomidorai, paprikos	43268	70,00	0,62	0,15	3,69	18,55
Stalo vanduo paskanintas citrina	16844	100,00	0,09	0,02	0,80	3,77
Iš viso maitinimui:			25,63	21,73	35,09	438,49
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Graikiškas jogurtas su šaldytomis braškėmis	1712	175,00	13,23	5,76	12,42	154,36
Iš viso maitinimui:			13,23	5,76	12,42	154,36
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės apkepas (tausojantis)	11988	100,00	15,43	9,05	33,47	277,09
Trintų uogų užpilas	13747	30,00	0,26	0,14	4,90	21,91
Melionai	40654	120,00	0,48	0,00	7,32	31,20
Nesaldinta vaisinė arbata	16840	150,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			16,17	9,20	45,70	330,23
Iš viso dienai:			69,22	48,97	142,02	1285,56

Direktore
Lidija Kasiulygienė




* "VARPĖLIS" *

KAUNAS

1 savaitė						
Antradienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška ryžių košė su sviestu (82%)	19144	205,00	6,28	6,18	42,44	250,47
Vynuogės	40648	80,00	0,56	0,16	14,40	61,28
Pienas 2,5 %	16832	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			11,04	10,09	63,89	390,50
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	39885	150,00	2,65	2,24	9,85	70,15
Viso grūdo skrebučiai	11341	20,00	1,60	0,46	10,68	53,26
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	5826	90,00	16,91	10,18	12,07	207,52
Virti griekiai (tausojantis)	14436	70,00	4,41	1,09	24,26	124,43
Cukinijos, morkos, brokoliai	43269	80,00	1,22	0,12	4,12	22,44
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	16845	100,00	0,07	0,01	0,88	3,85
Iš viso maitinimui:			26,85	14,09	61,86	481,64
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Sveikuoliški sausainiai	1415	35,00	2,63	5,43	23,80	154,53
Iš viso maitinimui:			2,63	5,43	23,80	154,53
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai su varškės įdaru	10583	130,00	12,42	11,04	27,72	259,93
Uogienė	13748	20,00	0,04	0,00	12,44	49,92
Nesaldinta juodoji arbata	16835	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			12,46	11,04	40,16	309,87
Iš viso dienai:			52,98	40,65	189,70	1336,54



1 savaitė						
Trečiadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų košė su sviestu 82 % (tausojantis)	19145	205,00	6,20	6,85	36,75	233,41
Kriaušės	40649	180,00	0,54	0,72	27,18	117,36
Nesaldinta žalioji arbata	16833	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			6,74	7,57	63,93	350,77
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	39886	150,00	1,78	1,55	14,84	80,44
Ruginė duona	11342	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Orkaitėje keptas kalakutienos maltinukas (tausojantis)	21451	100,00	18,29	8,84	5,77	175,83
Virtos bulvės (tausojantis)	14437	90,00	1,80	0,09	17,73	78,93
Orkaitėje keptų burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	43270	95,00	1,60	3,13	9,32	71,87
Pomidorai	1484	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Stalo vanduo pagardintas uogomis	16847	100,00	0,07	0,04	0,86	4,03
Iš viso maitinimui:			24,92	14,07	61,05	470,48
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Vaisių asorti (Šilauogės, bananas)	41253	190,00	1,57	0,65	34,67	150,81
Iš viso maitinimui:			1,57	0,65	34,67	150,81
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių blynėliai	10584	120,00	8,30	12,36	33,15	277,00
Natūralus jogurtas su braškėmis ir bananais	13749	30,00	0,79	0,60	3,07	20,78
Pienas 2,5 %	16832	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			13,28	16,70	43,27	376,53
Iš viso dienai:			46,51	38,99	202,92	1348,58



1 savaitė						
Ketvirtadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu 82% (tausojantis)	19146	205,00	9,44	9,15	35,43	261,81
Trintos uogos (braškės)	16311	20,00	0,14	0,08	1,08	5,60
Kakava su pienu 2,5% (nesaldinta)	16834	150,00	2,73	2,21	5,04	50,93
Iš viso maitinimui:			12,31	11,44	41,55	318,34
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba su daržovėmis (paprikos, kalafiorai, morkos, svogūnai) (tausojantis) (augalinis) Sr020	39887	150,00	9,70	4,24	25,78	180,03
Grietinėleje (35%) troškinta vištienos filė su morkomis (tausojantis)	21443	120,00	22,38	16,06	6,01	258,10
Perlinis kuskusas (tausojantis)	14435	60,00	1,14	0,06	6,90	32,70
Pomidorai, žiediniai kopūstai	43272	90,00	1,31	0,27	4,95	27,45
Stalo vanduo pagardintas ugomis	16847	100,00	0,07	0,04	0,86	4,03
Iš viso maitinimui:			34,59	20,67	44,49	502,30
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Vaisių asort (Braškės, kriaušė)	41254	260,00	1,56	1,04	32,24	144,56
Iš viso maitinimui:			1,56	1,04	32,24	144,56
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti bulvinukai (tausojantis)	16644	140,00	9,94	7,14	30,85	227,47
Natūralus jogurtas	13750	25,00	1,08	0,88	1,48	18,08
Apelsinai	40657	120,00	1,08	0,12	14,04	61,56
Nesaldinta vaistažolių arbata	16838	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			12,10	8,14	46,36	307,12
Iš viso dienai:			60,55	41,28	164,65	1272,32



1 savaitė						
Penktadienis						
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% (tausojantis)	19147	205,00	7,99	8,11	32,95	236,76
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške ir obuoliais (tausojantis)	10257	60,00	6,39	2,93	18,25	124,93
Nesaldinta juodoji arbata	16835	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			14,38	11,04	51,20	361,70
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščių sriuba (tausojantis) Sr003	39888	150,00	1,64	1,31	10,05	58,57
Ruginė duona	11343	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Balandėliai su kiauliena (tausojantis)	18361	140,00	21,24	12,54	11,12	242,28
Virtos bulvės (tausojantis)	14438	120,00	2,40	0,12	23,64	105,24
Agurkai, paprikos	43273	130,00	1,04	0,13	6,18	30,03
Stalo vanduo paskanintas agurkais	16848	100,00	0,05	0,00	0,21	1,05
Iš viso maitinimui:			27,35	14,36	61,40	484,23
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Persikai	17562	130,00	0,91	0,00	14,43	61,36
Vynuogės	41255	120,00	0,84	0,24	21,60	91,92
Iš viso maitinimui:			1,75	0,24	36,03	153,28
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Makaronai su tepamu lydytu sūreliu (50 %) (tausojantis)	10585	130,00	10,08	8,21	32,57	244,50
Obuoliai	40658	130,00	0,52	0,00	12,87	53,56
Kefyras 2,5 %	16850	150,00	4,80	3,75	6,00	76,95
Iš viso maitinimui:			15,40	11,96	51,44	375,01
Iš viso dienai:			58,89	37,60	200,07	1374,23



2 savaitė						
Pirmadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė sviestu (82%), cinamonu (tausojantis)	19148	204,00	7,19	4,68	41,00	234,89
Bananai	40650	90,00	0,90	0,36	21,06	91,08
Pienas 2,5%	16836	120,00	3,36	3,00	5,64	63,00
Iš viso maitinimui:			11,45	8,04	67,70	388,97
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	39889	150,00	1,32	2,08	8,27	57,03
Ruginė duona	11344	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Žuvies (lydekos) kepinukai (tausojantis)	12450	80,00	14,67	10,54	9,19	190,27
Virti ryžiai (tausojantis)	14447	70,00	2,33	0,30	22,63	102,50
Kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi	43274	70,00	1,19	6,42	3,43	76,26
Pomidorai	43275	20,00	0,20	0,08	1,16	6,16
Stalo vanduo paskanintas citrina	16844	100,00	0,09	0,02	0,80	3,77
Iš viso maitinimui:			21,26	19,83	60,77	506,59
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Graikiškas jogurtas su šaldytomis braškėmis	1712	175,00	13,23	5,76	12,42	154,36
Iš viso maitinimui:			13,23	5,76	12,42	154,36
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	11989	140,00	18,24	8,28	39,92	307,13
Grietinė 30%	13751	20,00	0,52	6,00	0,54	58,24
Nesaldinta kminų arbata	16839	150,00	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			18,96	14,42	40,96	369,47
Iš viso dienai:			64,90	48,05	181,85	1419,39



2 savaitė						
Antradienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trijų grūdų (miežių, avižų, kviečių) dribsnių košė su uogomis (braškėmis) (tausojantis) (augalinis)	19149	220,00	5,29	1,00	37,49	180,15
Kiviai	40651	100,00	0,90	0,40	14,80	66,40
Nesaldintas pieniškas (pienas 2,5%) kokteilis su bananais	16837	180,00	4,08	3,29	22,49	135,86
Iš viso maitinimui:			10,27	4,69	74,78	382,42
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	39890	150,00	1,44	2,38	11,32	72,42
Viso grūdo skrebučiai	11340	20,00	1,60	0,46	10,68	53,26
Kiauliena su troškintais kopūstais	18362	150,00	18,50	18,94	5,60	266,89
Virtos bulvės (tausojantis)	14438	120,00	2,40	0,12	23,64	105,24
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, morkos)	43276	135,00	1,15	0,07	8,91	40,84
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	16845	100,00	0,07	0,01	0,88	3,85
Iš viso maitinimui:			25,15	21,97	61,03	542,49
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Vynuogės	41256	200,00	1,40	0,40	36,00	153,20
Iš viso maitinimui:			1,40	0,40	36,00	153,20
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynėliai su cukinijomis	10586	150,00	9,59	16,52	47,31	376,25
Natūralus jogurtas (iki 3,8%) - KOPIJA	14760	25,00	1,08	0,88	1,48	18,08
Nesaldinta žalioji arbata	16833	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			10,66	17,40	48,78	394,32
Iš viso dienai:			47,48	44,46	220,59	1472,44



2 savaitė						
Trečiadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis) Kr001	19150	205,00	8,64	6,26	52,09	299,24
Kriaušės	31870	115,00	0,35	0,46	17,37	74,98
Nesaldinta vaistažolių arbata	16838	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			8,98	6,72	69,46	374,23
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	39891	150,00	4,08	4,06	16,36	118,26
Ruginė duona	11344	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Orkaitėje kepti jautienos kukuliai su cukinija (tausojantis)	18363	90,00	16,81	3,88	6,94	129,94
Viso grūdo makaronai (tausojantis)	14439	50,00	3,58	0,55	17,54	89,47
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	43277	80,00	2,74	4,75	4,84	73,09
Stalo vanduo paskanintas agurkais	16848	100,00	0,05	0,00	0,21	1,05
Iš viso maitinimui:			28,74	13,63	61,19	482,39
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Sūrio lazdelės	3092	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Persikai	19744	200,00	1,40	0,00	22,20	94,40
Iš viso maitinimui:			6,74	4,16	22,28	153,52
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių troškiny (morkos, kopūstai, moliūgai, bulvės) su pienoškomis dešrelėmis	16647	180,00	12,62	19,45	18,70	300,36
Kefyras 2,5 %	16850	150,00	4,80	3,75	6,00	76,95
Iš viso maitinimui:			17,42	23,20	24,70	377,31
Iš viso dienai:			61,87	47,72	177,63	1387,46



2 savaitė						
Ketvirtadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	3081	150,00	15,25	13,45	17,07	250,36
Šviesi duona	11338	30,00	1,56	0,33	14,79	68,37
Konservuoti agurkai (rauginti)	43266	60,00	0,48	0,06	1,44	8,22
Obuoliai	40653	120,00	0,48	0,00	11,88	49,44
Nesaldinta kmyņu arbata	16839	150,00	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			17,97	13,99	45,68	380,48
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis) Sr012	39892	150,00	2,12	2,19	17,26	97,25
Ruginė duona	11343	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Orkaitėje su garu kepta vištienos filė (tausojantis) P001	21444	100,00	22,60	5,01	0,29	136,63
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis)	16642	100,00	1,98	5,09	17,52	123,86
Morkų lazdelės (augalinis)	43278	60,00	0,60	0,06	6,24	27,90
Brokoliai	43271	40,00	1,00	0,12	0,68	7,80
Stalo vanduo pagardintas uogomis	16847	100,00	0,07	0,04	0,86	4,03
Iš viso maitinimui:			29,35	12,77	53,04	444,51
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Sveikuoliški sausainiai	740	25,00	1,88	3,88	17,00	110,38
Mandarinai	27884	95,00	0,57	0,10	10,55	45,31
Iš viso maitinimui:			2,45	3,98	27,55	155,69
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Apkepas su obuoliais ir bananais (tausojantis)	10587	110,00	7,45	3,83	29,04	180,42
Natūralus jogurtas su braškėmis ir bananais	13753	20,00	0,54	0,41	7,48	35,76
Pienas 2,5 %	16843	200,00	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			13,59	9,23	45,93	321,18
Iš viso dienai:			63,36	40,04	172,40	1303,25



2 savaitė						
Penktadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	19151	205,00	6,96	5,81	38,16	232,69
Kukurūzų traputis su sviestu (82%) ir fermentiniu (45%) sūriu	10258	35,00	5,89	9,69	7,73	141,67
Nesaldinta vaisinė arbata	16840	150,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			12,84	15,50	45,89	374,38
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių sriuba (kopūstai, šaldytų daržovių mišinys, bulvės, morkos, svogūnai) (augalinis) (tausojantis)	39893	150,00	1,89	1,98	13,55	79,62
Viso grūdo skrebučiai	11340	20,00	1,60	0,46	10,68	53,26
Kalakutiena troškinta su grietinėle (30 %), šparaginėmis pupelėmis ir morkomis (tausojantis)	21445	120,00	12,97	15,03	4,20	203,96
Virti ryžiai (tausojantis)	14440	70,00	2,15	2,56	19,63	110,18
Agurkai, paprikos	43279	100,00	0,80	0,10	4,75	23,10
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	16845	100,00	0,07	0,01	0,88	3,85
Kriaušės	1154	100,00	0,30	0,40	15,10	65,20
Iš viso maitinimui:			19,77	20,55	68,78	539,16
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Javainiai	711	20,00	1,15	3,06	13,70	86,94
Vynuogės	27885	100,00	0,63	0,18	16,20	68,94
Iš viso maitinimui:			1,78	3,24	29,90	155,88
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės apkepas (tausojantis)	11988	100,00	15,43	9,05	33,47	277,09
Trintos uogos (braškės)	16312	40,00	0,28	0,16	2,16	11,20
Natūralus jogurtas	13754	20,00	0,86	0,70	1,18	14,46
Nesaldinta juodoji arbata	16835	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			16,57	9,92	36,82	302,77
Iš viso dienai:			50,96	49,20	181,39	1372,19



3 savaitė						
Pirmadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška sorų kruopų košė su sviestu ir uogomis (tausojantis)	19152	220,00	9,25	8,75	39,26	272,70
Melionai	40654	120,00	0,48	0,00	7,32	31,20
Pienas 2,5 %	16832	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			13,93	12,50	53,63	382,65
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta batatų ir morkų sriuba (tausojantis) (augalinis)	39894	150,00	1,79	0,05	18,25	80,57
Viso grūdo skrebučiai	11341	20,00	1,60	0,46	10,68	53,26
Orkaitėje kepta lašišos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) Ž001	12451	80,00	18,51	16,81	0,94	229,11
Virti ryžiai su kariu (tausojantis)	14441	60,00	2,96	0,17	27,12	121,85
Traškios daržovių lazdelės (agurkai, morkos)	43280	70,00	0,60	0,04	4,62	21,18
Stalo vanduo paskanintas citrina	16844	100,00	0,09	0,02	0,80	3,77
Iš viso maitinimui:			25,54	17,55	62,40	509,73
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Graikiškas jogurtas su šaldytomis braškėmis	1712	175,00	13,23	5,76	12,42	154,36
Iš viso maitinimui:			13,23	5,76	12,42	154,36
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų miltų ir bananų blynėliai (NJ)	10588	110,00	6,39	14,54	31,81	283,65
Uogienė	13755	40,00	0,08	0,00	24,88	99,84
Nesaldinta vaisinė arbata	16840	150,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			6,47	14,54	56,69	383,51
Iš viso dienai:			59,16	50,34	183,68	1424,33



3 savaitė						
Antradienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu 82% (tausojantis)	19146	205,00	9,44	9,15	35,43	261,81
Pienas	16841	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			12,24	11,65	40,13	314,31
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	39895	150,00	4,90	0,73	16,74	93,13
Ruginė duona	11344	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	18367	90,00	16,37	7,93	6,31	162,04
Virti griekiai (tausojantis)	14436	70,00	4,41	1,09	24,26	124,43
Raudongūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	43281	80,00	0,78	3,78	4,76	56,20
Pomidorai	43283	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	16845	100,00	0,07	0,01	0,88	3,85
Melionai	40670	60,00	0,24	0,00	3,66	15,60
Iš viso maitinimui:			28,54	14,04	73,64	535,07
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Vaisių asorti (Šilauogės, bananas)	41253	190,00	1,57	0,65	34,67	150,81
Iš viso maitinimui:			1,57	0,65	34,67	150,81
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sklindžiai su cinamonu (su pilno grūdo miltais)	1096	120,00	8,83	11,22	51,37	341,79
Trintų uogų užpilas	13747	30,00	0,26	0,14	4,90	21,91
Nesaldinta juodoji arbata	16835	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			9,10	11,36	56,27	363,72
Iš viso dienai:			51,38	37,67	203,15	1357,21



3 savaitė						
Trečiadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška penkių rūšių (avižių, miežių, kviečių, rugių, sorų) kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis)	19153	205,00	7,71	7,51	40,88	261,89
Bananai	40655	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta žalioji arbata	16833	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			8,71	7,91	64,28	363,09
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	39896	150,00	4,35	3,25	17,19	115,39
Keptos vištienos šlaunelės (tausojantis)	21446	100,00	24,72	15,99	1,03	246,94
Virti ryžiai (tausojantis)	14440	70,00	2,15	2,56	19,63	110,18
Morkų salotos su alyvuogių aliejumi	43282	60,00	0,65	2,79	6,79	54,89
Pomidorai	43283	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Stalo vanduo pagardintas uogomis	16847	100,00	0,07	0,04	0,86	4,03
Iš viso maitinimui:			32,23	24,75	47,24	540,66
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Sveikuoliški sausainiai	740	25,00	1,88	3,88	17,00	110,38
Braškės	22288	100,00	0,90	0,40	9,70	46,00
Iš viso maitinimui:			2,78	4,28	26,70	156,38
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių košė su krapais (tausojantis) Gr012	16646	140,00	3,12	4,11	25,39	151,01
Grietinė 10%	13756	50,00	1,45	7,50	1,45	79,10
Konservuoti agurkai (rauginti)	43266	60,00	0,48	0,06	1,44	8,22
Kefyras 2,5 %	16851	200,00	6,40	5,00	8,00	102,60
Iš viso maitinimui:			11,45	16,67	36,28	340,93
Iš viso dienai:			55,17	53,67	174,70	1402,44



3 savaitė						
Ketvirtadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų, manų košė su sviestu (82%) ir cinamonu (tausojantis)	19154	207,00	6,71	6,09	43,85	256,99
Trintas bananų ir uogų kokteilis (augalinis)	16842	120,00	0,96	0,36	24,32	104,36
Obuoliai	342	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Nesaldinta vaisinė arbata	16840	150,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			8,07	6,45	78,07	402,58
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	39897	150,00	1,73	4,62	13,40	102,09
Ruginė duona	11345	45,00	2,21	0,59	22,95	105,89
Troškinta veršiena su daržovėmis (morkos, paprikos, brokoliai) (tausojantis)	18365	100,00	15,12	7,09	5,56	146,58
Perlinis kuskusas (tausojantis)	14442	100,00	1,34	0,07	8,12	38,47
Pekino kopūstų ir agurkų salotos su natūraliu jogurtu (2,5 %)	43284	100,00	1,84	0,82	4,16	31,35
Stalo vanduo paskanintas greipfrutais	16849	100,00	0,04	0,02	0,76	3,32
Iš viso maitinimui:			22,27	13,21	54,94	427,68
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Vaisių asorti (Slyvos, bananai)	41257	190,00	1,54	1,00	31,98	143,08
Iš viso maitinimui:			1,54	1,00	31,98	143,08
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška grikių sriuba (tausojantis)	39903	200,00	6,03	7,26	20,69	172,17
Šviesi viso grūdo duona su sviestu 82 %	11346	33,00	1,58	2,79	14,81	90,67
Vynuogės	40664	120,00	0,84	0,24	21,60	91,92
Iš viso maitinimui:			8,44	10,29	57,10	354,75
Iš viso dienai:			40,32	30,94	222,09	1328,09



3 savaitė						
Penktadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su sviestu 82 % (tausojanti)	19155	205,00	4,17	4,64	32,89	189,98
Šviesi duona su sviestu (82%) ir agurku	10259	40,00	1,48	4,38	12,89	96,87
Apelsinai	40657	120,00	1,08	0,12	14,04	61,56
Nesaldinta žalioji arbata	16833	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			6,72	9,14	59,82	348,41
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta brokolių sriuba (tausojantis) (augalinis)	39898	150,00	1,63	0,17	5,97	31,91
Ruginė duona	11342	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Troškinta kalakutiena (tausojantis)	21447	100,00	18,40	12,54	2,66	197,13
Pilno grūdo makaronai (tausojantis)	14443	80,00	4,37	0,71	22,65	114,45
Traškios daržovių lazdelės (paprikos, agurkai)	43285	90,00	0,72	0,09	4,28	20,79
Stalo vanduo paskanintas citrina	16844	100,00	0,09	0,02	0,80	3,77
Iš viso maitinimui:			26,19	13,79	46,56	415,11
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Sūrio lazdelės	2589	40,00	10,68	8,32	0,16	118,24
Kriaušės	15621	60,00	0,18	0,24	9,06	39,12
Iš viso maitinimui:			10,86	8,56	9,22	157,36
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis)	11991	120,00	17,70	10,49	21,00	249,19
Trintos uogos (braškės)	16312	40,00	0,28	0,16	2,16	11,20
Natūralus jogurtas (3,8%)	13757	30,00	1,29	1,05	1,77	21,69
Pienas 2,5 %	16843	200,00	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			24,87	16,70	34,33	387,08
Iš viso dienai:			68,64	48,19	149,93	1307,97

Direktore
 Lidija Kasiulynienė



LIETUVOS RESPUBLIKA
 Kauno lopšelis-darželis
 "VARELIS"
 KAUNAS

4 savaitė						
Pirmadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Manų košė su uogomis	19156	200,00	7,42	2,40	41,49	217,20
Obuoliai	40658	130,00	0,52	0,00	12,87	53,56
Pienas 2,5 %	16843	200,00	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			13,54	7,40	63,76	375,76
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių sriuba (kopūstai, šaldytų daržovių mišinys, bulvės, morkos, svogūnai) (augalinis) (tausojantis)	39893	150,00	1,89	1,98	13,55	79,62
Ruginė duona	11342	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Jūrinių lydekų filė kotletai (tausojantis)	12452	100,00	15,02	3,27	15,23	150,43
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	14444	90,00	2,11	3,16	16,04	101,00
Ridikai, morkos	43286	100,00	1,04	0,09	6,62	31,37
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	16845	100,00	0,07	0,01	0,88	3,85
Iš viso maitinimui:			21,10	8,76	62,51	413,31
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Natūralus jogurtas su šaldytų uogų asorti	1245	150,00	3,80	3,23	18,70	119,01
Šilauogės	20830	50,00	0,35	0,15	7,25	31,75
Iš viso maitinimui:			4,15	3,38	25,95	150,76
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių paplotėliai su varške (9%) (tausojantis)	11992	150,00	18,10	18,69	26,20	345,44
Natūralus jogurtas (3,8%)	13757	30,00	1,29	1,05	1,77	21,69
Nesaldinta kmynų arbata	16839	150,00	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			19,59	19,89	28,47	371,23
Iš viso dienai:			58,38	39,43	180,68	1311,06



4 savaitė						
Antradienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių košė su morkomis, cukinija ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	19157	200,00	7,17	6,76	40,10	249,99
Banantai	40659	120,00	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta juodoji arbata	16835	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			8,37	7,25	68,19	371,45
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avinžirnių sriuba su žalumynais (augalinis) (tausojantis)	39899	150,00	2,26	2,40	14,39	88,15
Ruginė duona	11343	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Orkaitėje garuose kepta kalakutienos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (NJ)	21448	100,00	27,28	8,67	0,42	188,83
Virti ryžiai	14445	75,00	2,23	2,57	20,38	113,56
Pekino kopūstų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	43287	90,00	1,14	4,97	4,42	66,95
Stalo vanduo paskanintas citrina	16844	100,00	0,09	0,02	0,80	3,77
Iš viso maitinimui:			33,97	18,89	50,61	508,31
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Sveikuoliški sausainiai	1415	35,00	2,63	5,43	23,80	154,53
Iš viso maitinimui:			2,63	5,43	23,80	154,53
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai (viso grūdo miltai 50/50) su obuoliais	10590	125,00	7,98	11,43	40,67	297,50
Natūralus jogurtas su braškėmis ir bananais	13753	20,00	0,54	0,41	7,48	35,76
Pienas 2,5 %	16832	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			12,72	15,59	55,21	412,01
Iš viso dienai:			57,70	47,15	197,80	1446,30



4 savaitė						
Trečiadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su sūriu (tausojantis)	3082	150,00	16,98	15,59	14,61	266,62
Šviesi duona	11339	25,00	1,04	0,22	9,86	45,58
Agurkai	43267	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Obuoliai	40653	120,00	0,48	0,00	11,88	49,44
Nesaldinta vaisinė arbata	16840	150,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			18,78	15,81	37,47	367,27
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis) (šaldyti)	39900	150,00	2,73	3,30	18,09	112,97
Plovos su kiauliena (tausojantis) (NJ)	18366	170,00	15,73	13,69	25,77	289,25
Agurkai, pomidorai	43288	170,00	1,45	0,34	7,31	38,08
Stalo vanduo paskanintas agurkais	16848	100,00	0,05	0,00	0,21	1,05
Iš viso maitinimui:			19,96	17,33	51,38	441,35
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Graikiškas jogurtas su šaldytomis braškėmis	1712	175,00	13,23	5,76	12,42	154,36
Iš viso maitinimui:			13,23	5,76	12,42	154,36
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės apkepas (tausojantis)	11993	140,00	18,12	12,37	28,15	296,40
Natūralus jogurtas	13754	20,00	0,86	0,70	1,18	14,46
Trintos uogos (braškės)	16311	20,00	0,14	0,08	1,08	5,60
Pienas	16841	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			21,92	15,65	35,11	368,96
Iš viso dienai:			73,89	54,55	136,37	1331,94



4 savaitė						
Ketvirtadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu 82% (tausojantis)	19146	205,00	9,44	9,15	35,43	261,81
Melionai	40660	100,00	0,40	0,00	6,10	26,00
Nesaldinta žalioji arbata	16833	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			9,84	9,15	41,53	287,81
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	39901	150,00	3,69	4,02	15,28	112,03
Ruginė duona	11342	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Bulvių plokštainis su vištiena	16643	150,00	12,10	6,87	26,92	217,86
Grietinė 10%	13746	40,00	1,16	6,00	1,16	63,28
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai, morkos)	43289	100,00	0,81	0,15	5,70	27,39
Stalo vanduo pagardintas uogomis	16847	100,00	0,07	0,04	0,86	4,03
Iš viso maitinimui:			18,81	17,33	60,11	471,65
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Sūrio lazdelės	2589	40,00	10,68	8,32	0,16	118,24
Braškės	44825	80,00	0,72	0,32	7,76	36,80
Iš viso maitinimui:			11,40	8,64	7,92	155,04
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	39904	200,00	6,44	7,14	22,15	178,66
Duona su sviestu	11347	30,00	1,58	3,61	14,82	98,10
Kiviai	40665	120,00	1,08	0,48	17,76	79,68
Iš viso maitinimui:			9,10	11,23	54,74	356,44
Iš viso dienai:			49,14	46,35	164,30	1270,94



4 savaitė						
Penktadienis						
Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška penkių rūšių (avižių, miežių, kviečių, rugių, sorų) kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis)	19153	205,00	7,71	7,51	40,88	261,89
Vynuogės	40661	120,00	0,84	0,24	21,60	91,92
Nesaldinta žalioji arbata	16833	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			8,55	7,75	62,48	353,81
Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	39902	150,00	1,89	3,14	13,46	89,68
Ruginė duona	11343	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Vištienos kumpelių guliašas pomidorų tyrėje (tausojantis)	21449	160,00	18,73	10,85	7,33	201,95
Virti griekiai (tausojantis)	14446	80,00	5,04	1,24	27,72	142,20
Žiediniai kopūstai, brokoliai	43290	120,00	2,88	0,30	6,12	38,70
Stalo vanduo pagardintas uogomis	16847	100,00	0,07	0,04	0,86	4,03
Iš viso maitinimui:			29,59	15,83	65,69	523,62
Papildomas maitinimas, tiekiamas kartu su pietumis						
Javainiai	711	20,00	1,15	3,06	13,70	86,94
Slyvos	21313	110,00	0,77	0,66	14,30	66,22
Iš viso maitinimui:			1,92	3,72	28,00	153,16
Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Moliūgų-bananų pyragas (tausojantis)	2860	80,00	2,91	5,88	21,82	151,83
Mandarinai	40666	120,00	0,72	0,12	13,32	57,24
Pienas 2,5 %	16843	200,00	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			9,23	11,00	44,54	314,07
Iš viso dienai:			49,28	38,30	200,71	1344,65

