

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

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 metų

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7 iki 19 val.

*Pradėtas naudoti nuo:
2024-10-14*



1 savaitė						
Pirmadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir uogiene (tausojantis)	35932	150/3/5	4,51	3,67	28,78	166,19
Duona su lydytu tepamu sūriu (50 proc. rieb.)	19310	20/15	2,42	3,59	11,16	86,63
Sezoniniai vaisiai		100	0,35	0,00	8,68	36,13
Nesaldinta vaistažolių arbata	28137	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,28	7,26	48,63	288,95
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (kopūstų, morkų, bulvių, žaliųjų žirnelių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	74890	100	1,99	2,17	8,82	62,74
Kiaulienos sprandinės guliašas (tausojantis)	35625	100	9,19	17,51	7,58	224,66
Bulvių košė (tausojantis)	24305	90	1,61	1,96	13,49	78,00
Kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	82015	70	0,81	1,86	5,06	40,18
Agurkų lazdelės	28516	40	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo, paskanintas apelsiniais	28143	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			13,93	23,49	36,66	413,74
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	21454	100	16,78	10,41	20,34	242,16
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	25117	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	28141	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			16,89	10,47	22,14	250,34
Iš viso dienai:			38,09	41,22	107,43	953,03



1 savaitė						
Antradienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	35933	150/2	4,74	3,10	27,74	157,76
Duonos sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.), virta a.r. dešra ir agurku	19311	20/5/15/20	3,42	7,71	11,73	129,97
Nesaldinta kmyną arbata	28138	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			8,35	10,95	39,97	291,82
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojantis)	74891	100	1,35	2,18	8,18	57,75
Kiaulienos kumpis su troškintais kopūstais (tausojantis)	18356	50/50	13,78	14,79	3,81	203,45
Virtos bulvės (tausojantis)	11525	40	0,80	0,04	7,88	35,08
Daržovių (aisbergo salota, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi	82016	90	0,87	1,99	3,83	36,68
Vanduo, paskanintas apelsiniais	28143	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Sezoniniai vaisiai		100	0,35	0,00	8,68	36,13
Iš viso maitinimui:			17,19	19,00	32,96	371,66
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su obuoliais	20891	100	5,76	6,35	37,88	231,67
Pienas (2,5 proc. rieb.)	28146	150	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			9,96	10,10	44,93	310,42
Iš viso dienai:			35,49	40,05	117,86	973,90



1 savaitė						
Trečiadienis						
Pusryčiai 08:30 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.) ir uogiene (tausojantis)	35934	150/3/15	4,69	3,30	34,40	186,02
Sezoniniai vaisiai		110	0,66	0,26	15,40	66,59
Nesaldinta vaistažolių arbata	28137	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			5,34	3,56	49,80	252,62
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su makaronais (tausojantis) (augalinis)	74892	100	2,47	1,59	12,36	73,66
Garuose kepta lašišos filė (tausojantis)	23776	90	19,50	13,67	1,79	208,22
Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	24306	40	2,39	0,59	13,17	67,55
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	82017	100	2,31	4,76	5,48	73,95
Vanduo	28144	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			26,67	20,61	32,79	423,37
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc.rieb.) (tausojantis)	11983	110	14,33	6,50	31,36	241,32
Sviesto (82 proc.rieb.) ir grietinės (30 proc.rieb.) padažas	25118	10	0,13	3,14	0,17	29,46
Nesaldinta kmynų arbata	28138	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			14,66	9,79	32,03	274,88
Iš viso dienai:			46,68	33,96	114,63	950,86



1 savaitė						
Ketvirtadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	20889	150	6,78	4,45	26,15	171,75
Batono skrebutis	19312	15	1,20	0,35	8,01	39,95
Sezoniniai vaisiai		80	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta arbatžolių arbata	28139	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			8,22	5,11	46,24	263,86
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščių sriuba (tausojantis)	74893	100	3,43	4,40	8,24	86,26
Grietinė (30 proc. rieb.)	25116	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Ruginė duona	21250	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Kalakutienos filė troškiny su daržovėmis (morkomis, žaliaisiais žirneliais) (tausojantis)	42978	60/40	18,70	12,72	6,39	214,85
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	28517	100	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo, paskanintas apelsiniais	28143	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			24,21	20,54	29,73	400,65
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta varškė (9 proc. rieb.) su braškėmis	21456	94/46	16,02	8,64	9,94	181,62
Kukurūzų traputis	21251	20	1,84	1,10	14,50	75,26
Nesaldinta arbatžolių arbata	28139	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			17,86	9,74	24,44	256,89
Iš viso dienai:			50,29	35,40	100,41	921,40



1 savaitė						
Penktadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška grikių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	19128	150/5	7,53	7,44	32,50	227,12
Sezoniniai vaisiai		100	0,27	0,36	13,59	58,68
Nesaldinta vaistažolių arbata	28140	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,80	7,80	46,09	285,80
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kumpelių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	39880	100	2,57	2,69	10,93	78,24
Lietiniai su vištienos šlaunelių/kumpelių mėsa	20890	65/35	14,18	10,81	34,82	293,30
Jogurto (3 proc. rieb.) ir grietinės (30 proc. rieb.) padažas	25114	20	0,72	2,53	0,83	29,03
Daržovių (kopūstas, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi	82018	90	1,02	1,95	4,32	38,92
Vanduo	28144	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			18,49	17,99	50,90	439,50
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	5406	80	11,60	10,99	11,72	192,25
duona su sviestu (82 proc. rieb.)	19314	20/5	1,01	4,36	10,24	84,22
Agurkų lazdelės	28522	70	0,49	0,00	1,96	9,80
Nesaldinta vaistažolių arbata	28137	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			13,10	15,35	23,92	286,28
Iš viso dienai:			39,39	41,15	120,92	1011,58



2 savaitė						
Pirmadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	35933	150/2	4,74	3,10	27,74	157,76
Pilno grūdo batonas su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	19313	20/5/12	4,59	7,58	10,98	130,55
Nesaldinta kmynų arbata	28138	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			9,52	10,82	39,22	292,40
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	74894	100	1,04	0,99	8,96	48,92
Keptos vištienos šlaunelės (tausojantis)	21438	80	19,75	12,46	0,84	194,50
Biri grikių košė (tausojantis)	35940	70	2,66	2,29	14,57	89,52
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	24307	90	0,80	0,08	6,64	30,50
Vanduo, paskanintas apelsiniais	28143	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Sezoniniai vaisiai		100	0,35	0,00	8,68	36,13
Iš viso maitinimui:			24,65	15,83	40,27	402,13
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Marškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	11987	110	14,19	9,61	22,28	232,34
Grietinės (30 proc. rieb.) ir uogienės padažas	25119	20	0,26	3,00	7,05	56,25
Nesaldinta vaistažolių arbata	28137	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			14,45	12,61	29,33	288,60
Iš viso dienai:			48,62	39,26	108,83	983,14



2 savaitė						
Antradienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtas kiaušinis (tausojantis)	5405	60	7,62	6,54	0,54	91,50
Juoda duona su sviestu (82 proc. rieb.)	19314	20/5	1,01	4,36	10,24	84,22
Konservuoti žirneliai	82014	50	2,20	0,15	6,25	35,15
Jogurto (3 proc. rieb.) ir grietinės (30 proc. rieb.) padažas	25114	20	0,72	2,53	0,83	29,03
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	28141	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,55	13,58	17,87	239,91
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba su avinžirniais (augalinis) (tausojantis)	74895	100	1,77	3,51	11,07	83,00
Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpiu (<i>žemaičiai</i>) (tausojantis)	28519	100/20	12,45	7,07	40,69	276,17
Jogurto (3 proc. rieb.) ir grietinės (30 proc. rieb.) padažas	25114	20	0,72	2,53	0,83	29,03
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	28517	100	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo, paskanintas apelsiniais	28143	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			15,80	13,28	57,18	411,49
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Makaronai su aliejumi ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	20892	150/15	10,47	6,59	26,45	206,96
Sezoniniai vaisiai		110	0,66	0,26	15,40	66,59
Nesaldinta kmynų arbata	28138	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			11,32	7,00	42,35	277,64
Iš viso dienai:			38,67	33,87	117,39	929,05



2 savaitė						
Trečiadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	35935	150	3,96	1,43	31,39	154,22
Raugintų pasukų (0,3 proc. rieb.) kokteilis su uogomis	28142	65/35	3,05	0,44	20,08	96,49
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	21249	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Iš viso maitinimui:			12,35	6,03	51,55	309,83
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba su plikytais ryžiais (tausojantis)	74896	100	0,89	2,06	7,98	54,02
Grietinė (30 proc. rieb.)	25116	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Batono skrebutis	19312	15	1,20	0,35	8,01	39,95
Jūros lydekos filė maltinis (tausojantis)	23777	80	14,92	5,04	10,30	146,21
Bulvių košė (tausojantis)	24305	90	1,61	1,96	13,49	78,00
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, konservuoti agurkai)	28520	100	0,88	0,06	7,36	33,50
Vanduo paskanintas citrina	28145	100	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			19,80	12,47	47,98	383,38
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Mieliniai blynai	10581	80	6,02	10,94	29,67	241,20
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	25117	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Sezoniniai vaisiai		100	0,27	0,36	13,59	58,68
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	28141	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,40	11,36	45,06	308,06
Iš viso dienai:			38,54	29,86	144,60	1001,27



2 savaitė						
Ketvirtadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojanti)	19136	150/3	5,21	3,74	28,61	168,94
Duonos sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.), virta a.r. dešra ir agurku	19311	20/5/15/20	3,42	7,71	11,73	129,97
Nesaldinta kmylių arbata	28138	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			8,83	11,59	40,84	303,00
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	74897	100	3,26	1,03	11,54	68,43
Kiaulienos kumpio maltinukai su kopūstais ir ilgagrūdžiais ryžiais (tausojantis)	18355	50/60	16,66	9,90	8,78	190,88
Virtos bulvės (tausojantis)	24308	60	1,20	0,06	11,82	52,62
Daržovių (aisbergo salota, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi	82016	90	0,87	1,99	3,83	36,68
Vanduo	28144	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		100	0,35	0,00	8,68	36,13
Iš viso maitinimui:			22,34	12,98	44,64	384,75
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.)	21457	110	15,23	9,51	27,89	258,08
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	25117	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	28141	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			15,34	9,57	29,70	266,27
Iš viso dienai:			46,50	34,14	115,18	954,02



2 savaitė						
Penktadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška (2,5 proc. rieb.) manų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir uogiene (tausojantis)	35932	150/3/5	4,51	3,67	28,78	166,19
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške (9 proc. rieb.) ir obuoliais (tausojantis)	10254	24/24/12	6,39	2,93	18,25	124,93
Nesaldinta vaistažolių arbata	28137	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,90	6,60	47,04	291,12
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių (kalafiorai, moliūgai, bulvės, morkos) sriuba su žirniais (augalinis) (tausojantis)	74898	100	2,91	2,20	10,46	73,28
Batono skrebutis	19312	15	1,20	0,35	8,01	39,95
Šutinta vištienos filė su grietinėle (36 proc. rieb.) (tausojantis)	42979	87/13	16,79	7,59	1,15	140,05
Biri plikytų ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	24309	70	2,05	1,60	18,85	98,00
Pomidorai	525	20	0,20	0,08	1,16	6,16
Agurkų lazdelės	82019	70	0,42	0,00	1,68	8,40
Vanduo	28144	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			23,56	11,81	41,31	365,83
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	28523	160	3,27	4,16	31,73	177,47
Kefyras (2,5 proc. rieb.)	28147	200	6,40	5,00	9,60	109,00
Sezoniniai vaisiai		100	0,40	0,00	6,10	26,00
Iš viso maitinimui:			10,07	9,16	47,43	312,47
Iš viso dienai:			44,53	27,58	135,78	969,42



3 savaitė						
Pirmadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta pieniška (2,5 proc. rie.) avižinių dribsnių košė su sviestu (82 proc. rie.) (tausojantis)	35937	150/3	6,90	7,00	25,70	193,41
Uogienė	25115	8	0,02	0,00	6,22	24,96
Sezoniniai vaisiai		55	0,39	0,11	9,90	42,13
Nesaldinta vaistažolių arbata	28137	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,30	7,11	41,82	260,51
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	74899	130	0,72	0,92	4,64	29,76
Ruginė duona	21250	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Plikytų ryžių plovas su jautienos kumpiu (tausojantis)	35627	70/60	15,05	11,30	23,95	257,69
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	82017	100	2,31	4,76	5,48	73,95
Vanduo	28144	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			19,06	17,24	44,27	408,46
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su obuoliais	20891	100	5,76	6,35	37,88	231,67
Uogienės (30 proc. rie.) ir natūralaus jogurto (3 proc. rie.) padažas su vanile	25120	25	0,79	3,63	3,01	47,83
Nesaldinta kmynų arbata	28138	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			6,74	10,12	41,39	283,59
Iš viso dienai:			33,10	34,47	127,48	952,56



3 savaitė						
Antradienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška trijų grūdų (avių, miežių, kviečių) dribsnių košė (tausojantis)	35938	150	4,85	3,62	25,00	151,96
Sezoniniai vaisiai		120	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	28141	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,05	4,10	53,08	273,41
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Viršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	74900	100	2,67	5,15	9,92	96,74
Bulvių plokštainis su kalakutienos kumpelių/ šlaunelių mėsa	28521	125/50	14,83	7,59	34,11	264,06
Grietinė (30 proc. rie.)	25116	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	28517	100	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo paskanintas citrina	28145	100	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			18,62	15,92	48,87	413,23
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rie.) (tausojantis)	21455	120	19,78	9,78	30,52	289,17
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	25117	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	28141	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			19,88	9,84	32,33	297,36
Iš viso dienai:			44,56	29,85	134,28	984,00



3 savaitė						
Trečiadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	5406	80	11,60	10,99	11,72	192,25
Šviesi pilno grūdo duona su sviestu (82 proc. rieb.)	19315	50/5	2,27	4,74	14,99	111,72
Nesaldinta vaistažolių arbata	28137	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			13,87	15,74	26,71	303,98
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Merlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	74901	100	1,62	2,17	11,91	73,69
Ruginė duona	21250	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Vištienos filė troškinta su grietinėle (36 proc. rieb.) ir daržovėmis (šparaginėmis pupelėmis ir morkomis) (tausojantis)	42980	48/25/35	11,67	9,00	4,01	143,65
Virti lęšiai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)(augalinis)	25425	80	7,52	3,06	16,10	121,98
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, konservuoti agurkai)	28520	100	0,88	0,06	7,36	33,50
Vanduo	28144	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			22,67	14,55	49,58	419,88
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (pienas 2,5 proc. rieb.) (tausojantis)	74904	150	6,85	6,83	19,70	167,68
Sezoniniai vaisiai		120	1,20	0,48	28,08	121,44
Iš viso maitinimui:			8,05	7,31	47,78	289,12
Iš viso dienai:			44,59	37,59	124,08	1 012,98



3 savaitė						
Ketvirtadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ilgagrūdžių ryžių košė paskaninta sviestu (82 proc. riebi) ir uogiene (tausojantis)	35939	150/4/17	4,42	4,91	43,75	236,86
Sezoniniai vaisiai		80	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta vaistažolių arbata	28137	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,66	5,23	55,83	289,03
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	39873	100	2,98	0,48	10,55	58,37
Virti makaronai su malta kiaulienos sprandine (tausojantis)	35628	80/60	19,14	19,43	23,81	346,67
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	28517	100	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo paskanintas citrina	28145	100	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			22,99	20,08	38,89	428,28
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynėliai su cukinijomis	10578	120	7,68	13,18	38,04	301,53
Nesaldinta vaistažolių arbata	28137	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,68	13,18	38,04	301,53
Iš viso dienai:			35,33	38,49	132,77	1018,84



3 savaitė						
Penktadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir uogiene (tausojantis)	35932	150/3/5	4,51	3,67	28,78	166,19
Raugintų pasukų (0,3 proc. rieb.) kokteilis su uogomis	28142	65/35	3,05	0,44	20,08	96,49
Sezoniniai vaisiai		80	0,24	0,32	12,08	52,16
Iš viso maitinimui:			7,80	4,43	60,95	314,84
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)(augalinis)	74903	100	3,23	1,02	11,33	67,43
Jūros lydekos filė kepinukai (tausojantis)	23778	80	10,71	6,80	4,86	123,43
Biri grikių košė (tausojantis)	35940	70	2,66	2,29	14,57	89,52
Daržovių (aisbergo salota, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi	82016	90	0,87	1,99	3,83	36,68
Vanduo	28144	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	21249	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Iš viso maitinimui:			22,80	16,26	34,67	376,18
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Arškos (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	21454	100	16,78	10,41	20,34	242,16
Grietinės (30 proc. rieb.) ir uogienės padažas	25119	20	0,26	3,00	7,05	56,25
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	28141	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			17,04	13,41	27,39	298,41
Iš viso dienai:			47,64	34,10	123,01	989,43

