Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

Kauno lopšelis- darželis „Šarkelė“

Šarkuvos g. 24, Kaunas 48171

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-7 m

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.00 iki 19.00 val.

LIETUVOS RESPUBLIKA
KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „ŠARKELĖ“
KAUNO MIESTAS
Direktorė

Patvirtinimo data: 2025 06 18
Taikymo data: 2025 08 01

Direktorė
Ingrida Emilijana Jasionienė

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kuskuso košė su sviestu 82 proc.rieb., sėlenomis ir uogomis (tausojantis)	31772	200(177/5/18)	5,73	7,21	33,14	220,41
Sezoniniai vaisiai	64295	110	0,99	0,11	12,87	56,43
Pienas 2,5 proc.rieb.	25540	180	5,04	4,5	8,46	94,5
		Iš viso maitinimui:	11,76	11,82	54,47	371,34

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba su pomidorais (augalinis),(tausojantis)	66378	150	4,81	3,46	13,2	103,22
Grietinėlėje 30 - 36 proc.rieb. troškinta vištienos šlaunelių mėsa su morkomis, žirneliais (tausojantis)	54069	130(70/60)	13,14	15,36	7,31	220,05
Bulvių košė (tausojantis)	17685	120	2,61	3,51	21,44	127,76
Kopūstų ir morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	72615	70	0,93	5,88	3,78	71,78
Pagal sezoną raugintas arba šviežias agurkas	39899	60	0,42	0	1,68	8,4
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	25544	150	0,02	0	0,5	2,06
		Iš viso maitinimui:	21,93	28,21	47,91	533,27

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai (tausojantis)	17943	130	9	4,65	34,8	217,05
Sviestas 82 proc.rieb.	22615	4	0,02	3,28	0,03	29,73
Fermentinis sūris 45-50 proc.rieb.	23842	12	2,96	3,02	0,26	40,13
Pomidorai	1268	60	0,6	0,24	3,48	18,48
Nesaldinta arbatžolių arbata	25543	150	0	0	0	0,02
		Iš viso maitinimui:	12,58	11,19	38,57	305,41
		Iš viso dienai:	46,27	51,22	140,95	1210,02

Direktorė
Ingrida Emilijana Jasionienė

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių kruopų košė su bananais(tausojantis)	31773	200(175/25)	10,93	11,09	42,07	311,82
Pienas 2.5 proc.rieb.	25541	150	4,2	3,75	7,05	78,75
		Iš viso maitinimui:	**15,13**	**14,84**	**49,12**	**390,57**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	771	150	1,02	1,42	8,15	49,44
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	26500	40	1,96	0,52	20,4	94,12
Keptas su kiaulienos kumpio kepsnelis „Netikras zuikis" (tausojantis)	42303	90	16,61	9,57	3,11	165,05
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	31785	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Pomidorai	1268	60	0,6	0,24	3,48	18,48
Konservuoti žali žirneliai	21957	40	1,76	0,12	5	28,12
Pagal sezoną raugintas arba šviežias agurkas	39899	60	0,42	0	1,68	8,4
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	25545	150	0,09	0,02	0,8	3,77
		Iš viso maitinimui:	**24,06**	**11,97**	**58,38**	**437,54**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška grikių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	41878	195/5	9,41	8,4	39,86	272,66
Sezoniniai vaisiai	878	100	0,3	0,4	15,1	65,2
Nesaldinta arbatžolių arbata	25543	150	0	0	0	0,02
		Iš viso maitinimui:	**9,71**	**8,8**	**54,96**	**337,88**
		Iš viso dienai:	**48,9**	**35,61**	**162,46**	**1165,99**

Direktorė
Ingrida Emilijana Jasionienė

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų košė su uogomis (tausojantis)	31774	197(180/17)	7,55	2,98	49,22	253,87
Viso grūdo sumuštinis su sviestu 82 proc.rieb., fermentiniu sūriu 45 - 50 proc.rieb. ir pomidorais	17085	50(25/3/12/10)	5,08	6,1	14,22	132,08
Kmynų arbata nesaldinta	25542	200	0,1	0,07	0,25	2,05
		Iš viso maitinimui:	12,72	9,15	63,69	387,99

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba (kalafijorai, morkos, lęšiai) (tausojantis)(augalinis)	66379	150	5,29	5,82	18,25	146,5
Kiaulienos (kumpio) kukulis (tausojantis)	37982	80	14,83	10,09	6,49	176,1
Perlinių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)	21953	100	3,7	1,56	29,31	146,07
Ridikų, agurkų, pekino kopūstų salotos (augalinis)	86364	100	1,02	5,58	2,92	65,97
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	25546	150	0,07	0,01	0,88	3,85
		Iš viso maitinimui:	24,91	23,06	57,85	538,49

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (varškė 9 proc.rieb.) apkepas (tausojantis)	19161	120	18,07	14,68	26,48	310,36
Trintos sezoninės uogos (avietės, braškės, šilauogės)	22365	30	0,21	0,12	3,71	16,76
Sezoniniai vaisiai	258	130	0,52	0	12,87	53,56
Nesaldinta vaisinė arbata	15259	150	0	0	0	0,03
		Iš viso maitinimui:	18,8	14,81	43,06	380,7
		Iš viso dienai:	56,43	47,02	164,6	1307,18

Direktorė
Ingrida Emilijana Jasionienė

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (su sviestu 82 proc.rieb.) pagardinta kriaušėmis ir bananais (tausojantis)	31775	230(195/5/15/15)	5,74	5,99	36,57	223,13
Plėšomos sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	30584	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Sezoniniai vaisiai	88405	60	0,42	0,12	10,8	45,96
Nesaldinta vaisinė arbata	15259	150	0	0	0	0,03
		Iš viso maitinimui:	16,84	14,43	47,53	387,36

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	66380	150	1,4	1,5	11,45	64,88
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18879	35	1,72	0,46	17,85	82,36
Orkaitėje keptas jūros lydekos maltinukas (tausojantis)	27627	90	16,14	5,54	2,17	123,11
Virtos bulvės(tausojantis)(augalinis)	12851	80	2	0,1	19,7	87,7
Burokėlių salotos (su aliejumi) (augalinis)	72617	80	2,16	7,15	3,27	86,05
Pomidorai	1268	60	0,6	0,24	3,48	18,48
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	25545	150	0,09	0,02	0,8	3,77
		Iš viso maitinimui:	24,11	15,01	58,72	466,35

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai	17944	120	9,64	16,06	47,98	374,97
Natūralus jogurtas iki 3,8 proc.rieb.	26635	25	1,08	0,95	1,2	17,65
Nesaldinta vaisinė arbata	15259	150	0	0	0	0,03
		Iš viso maitinimui:	10,71	17,01	49,18	392,64
		Iš viso dienai:	51,66	46,45	155,43	1246,35

Direktorė
Ingrida Emilijana Jasionienė

1 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Brinkintų grikių košė (tausojantis) (augalinis)	31776	200	7,37	6,22	40,54	247,66
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	23203	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoniniai vaisiai	258	130	0,52	0	12,87	53,56
Nesaldinta arbatžolių arbata	25543	150	0	0	0	0,02
		Iš viso maitinimui:	13,23	10,38	53,49	360,36

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	66381	150	5,24	1,56	17,85	106,42
Plikytų ryžių plovas su vištienos filė (tausojantis)	37428	210(125/85)	23,37	12,08	42,01	370,26
Daržovių rinkinukas (pomidorai ,konservuoti agurkai)	72619	115	0,95	0,14	4,42	22,73
Morkos	3511	20	0,2	0,02	2,08	9,3
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	25544	150	0,02	0	0,5	2,06
		Iš viso maitinimui:	29,78	13,8	66,86	510,77

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės sūrelis be glaisto iki 9 proc. riebumo	22737	100	14,7	7,9	14,8	189,1
Ryžių trapučiai	13610	25	1,98	0,75	20,25	95,65
Sezoniniai vaisiai	39616	120	1,2	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta kmynų arbata	6111	150	0,1	0,07	0,25	2,05
		Iš viso maitinimui:	17,98	9,2	63,38	408,24
		Iš viso dienai:	60,99	33,38	183,73	1279,37

TVIRTINU Direktorė Ingrida Emilijana Jasionienė

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Keturių (kviečiai, rugiai, miežiai, žirniai) rūšių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	17101	200(196/4)	5,88	4,29	28,06	174,35
Plėšomos sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	23841	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoniniai vaisiai	64267	120	1,08	0,12	14,04	61,56
Nesaldinta vaisinė arbata	15259	150	0	0	0	0,03
		Iš viso maitinimui:	**12,3**	**8,57**	**42,19**	**295,06**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnelių, morkų ir cukinijų sriuba (tausojantis) (augalinis)	66382	150	2,76	2,24	15,09	91,62
Vištienos (filė) užkepėlė su fermentiniu sūriu 45- 50 proc. rieb. (tausojantis)	19524	80(73/7)	19,65	8,6	0,68	158,72
Virti makaronai (tausojantis)	17941	100	7,38	1,57	28,52	157,74
Agurkų, kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	72620	115	1,17	4,68	3,63	61,3
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	25545	150	0,09	0,02	0,8	3,77
		Iš viso maitinimui:	**31,05**	**17,12**	**48,73**	**473,15**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti varškėčiai 9 proc. rieb. (tausojantis)	10569	150	22,48	15,03	22,28	314,31
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	27045	20	0,86	0,76	0,96	14,12
Nesaldinta kmynų arbata	6111	150	0,1	0,07	0,25	2,05
		Iš viso maitinimui:	**23,44**	**15,86**	**23,49**	**330,48**
		Iš viso dienai:	**66,79**	**41,55**	**114,41**	**1098,69**

TVIRTINU Direktorė
Ingrida Emilijana Jasionienė

2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	31778	200	6,93	5,21	38,12	227,03
Plėšomos sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	23841	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoniniai vaisiai	64264	100	0,4	0	9,9	41,2
Nesaldinta arbatžolių arbata	25543	150	0	0	0	0,02
		Iš viso maitinimui:	12,67	9,37	48,1	327,36

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Skaidrus vištienos sultinys su plikytais ryžiais (tausojantis)	66383	150	4,66	0,09	15,04	79,64
Lietiniai blynai su vištienos filė	37430	110(75/35)	23,23	9,06	40,63	336,97
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	22367	30	1,29	1,14	1,44	21,18
Sezoninės daržovės (pomidorai, agurkai, cukinija)	25567	100	1,03	0,17	4,23	22,55
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	25546	150	0,07	0,01	0,88	3,85
		Iš viso maitinimui:	30,28	10,47	62,22	464,19

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	79520	150	6,5	5,87	30,48	200,76
Varškės sūrelis be glaisto iki 9 proc. riebumo	22737	100	14,7	7,9	14,8	189,1
		Iš viso maitinimui:	21,2	13,77	45,28	389,86
		Iš viso dienai:	64,15	33,61	155,6	1181,41

Direktorė
TVIRTINU
Ingrida Emilijana Jasionienė

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta manų košė su sviestu 82 proc. rieb., sėlenomis ir uogomis (tausojantis)	31783	200(179/6/15)	6,93	7,49	32,05	223,32
Trintos sezoninės uogos (avietės, braškės, šilauogės)	22365	30	0,21	0,12	3,71	16,76
Sezoniniai vaisiai	64268	120	1,2	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta kmynų arbata	6111	150	0,1	0,07	0,25	2,05
		Iš viso maitinimui:	8,43	8,16	64,09	363,57

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	767	150	1,19	1,39	8,55	51,5
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	7217	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Lašišos file kepsnelis (tausojantis)	20988	90	19,9	21,24	0,79	273,91
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	31785	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Burokėlių salotos (augalinis)	72623	80	1,18	3,73	7,31	67,54
Pagal sezoną raugintas arba šviežias agurkas	73560	45	0,32	0	1,26	6,3
Morkos	3511	20	0,2	0,02	2,08	9,3
Stalo vanduo	25548	150	0	0	0	0
		Iš viso maitinimui:	25,85	26,85	51,05	549,3

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (varškė 9 proc.rieb.) apkepas (tausojantis)	19161	120	18,07	14,68	26,48	310,36
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	22367	30	1,29	1,14	1,44	21,18
Sezoniniai vaisiai	64295	110	0,99	0,11	12,87	56,43
Nesaldinta kmynų arbata	6111	150	0,1	0,07	0,25	2,05
		Iš viso maitinimui:	20,45	16,01	41,04	390,01
		Iš viso dienai:	54,74	51,02	156,18	1302,88

Direktorė
Ingrida Emilijana Jasionienė

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45- 50 proc.rieb.) (tausojantis)	4992	120 (107/13)	14,88	16,66	7,11	237,91
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18750	25	1,23	0,33	12,75	58,83
Pomidorai	1268	60	0,6	0,24	3,48	18,48
Sezoniniai vaisiai	878	100	0,3	0,4	15,1	65,2
Kmynų arbata nesaldinta	25542	200	0,1	0,07	0,25	2,05
		Iš viso maitinimui:	17,11	17,7	38,69	382,47

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	66384	150	4,25	2,24	16,68	103,92
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	7217	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos kepsniukai	45900	75	12,7	9,92	7,15	168,66
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis)	507	120	5,04	0,63	31,34	151,2
Morkos	33437	40	0,4	0,04	4,16	18,6
Šviežių daržovių rinkinukas (paprikos, brokoliai)	25568	50	1,36	0,17	3,89	22,52
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	25546	150	0,07	0,01	0,88	3,85
		Iš viso maitinimui:	25,29	13,4	79,4	539,34

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių košė (tausojantis)	1056	220	4,78	6,35	39,23	233,14
Kefyras 2.5 proc. rieb.	25552	200	6,4	5	8	102,6
Pagal sezoną raugintas arba šviežias agurkas	37649	80	0,64	0,16	2,2	12,8
		Iš viso maitinimui:	11,82	11,51	49,43	348,54
		Iš viso dienai:	54,22	42,61	167,52	1270,35

Direktorė
TVIRTINU
Ingrida Smilijana Jasionienė

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	31779	200	3,84	4,85	26,62	165,47
Sezoniniai vaisiai	786	100	0,7	0,2	18	76,6
Pienas 2,5 proc.rieb.	25540	180	5,04	4,5	8,46	94,5
		Iš viso maitinimui:	9,58	9,55	53,08	336,57

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta cukinijų sriuba (tausojantis) (augalinis)	79287	150	1,81	2,86	11,93	80,73
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	22635	40	1,96	0,52	20,4	94,12
Makaronai su malta kiaulienos kumpiu (tausojantis)	31221	230(120/110)	16,14	5,03	28,48	223,78
Šviežių daržovių rinkinukas (pomidorai , agurkai, cukinija)	72621	115	1,14	0,17	4,75	25,07
Vanduo su uogomis	25547	200	0,09	0,04	0,99	4,68
		Iš viso maitinimui:	21,14	8,63	66,55	428,39

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška ilgagrūdžių ryžių košė su sviestu 82 proc.rieb. ir uogomis (tausojantis)	31780	220(198/7/15)	5,59	8,43	38,61	252,63
Bandelė	27714	30	2,37	1,38	17,82	93,18
Nesaldinta kmynų arbata	6111	150	0,1	0,07	0,25	2,05
		Iš viso maitinimui:	8,06	9,88	56,68	347,86
		Iš viso dienai:	38,78	28,06	176,31	1112,82

TVIRTINU Direktorė Ingrida Emilijana Jasonienė

3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių košė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)(augalinis)	17097	200	6,73	6,2	36,78	229,8
Sezoniniai vaisiai	258	130	0,52	0	12,87	53,56
Pienas 2,5 proc.rieb.	25540	180	5,04	4,5	8,46	94,5
		Iš viso maitinimui:	12,29	10,7	58,11	377,86

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kalakutienos filė sultinys su žirneliais (tausojantis)	79244	150	4,01	0,39	2,79	30,67
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18750	25	1,23	0,33	12,75	58,83
Keptas kalakutienos filė maltinukas (tausojantys)	37432	75	17,08	8,61	7,4	175,42
Virti makaronai (tausojantis)	17941	100	7,38	1,57	28,52	157,74
Kopūstų salotos su agurkais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	72622	100	1,56	1,91	4,94	43,22
Šviežių daržovių rinkinukas (ridikėliai)	25902	30	0,32	0,02	0,85	4,87
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	25546	150	0,07	0,01	0,88	3,85
		Iš viso maitinimui:	31,64	12,83	58,13	474,59

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc.rieb.) (tausojantis)	19162	150	18,36	9,85	33,6	296,5
Trintos sezoninės uogos (avietės, braškės, šilauogės)	22365	30	0,21	0,12	3,71	16,76
Nesaldinta kmynų arbata	6111	150	0,1	0,07	0,25	2,05
		Iš viso maitinimui:	18,67	10,04	37,56	315,31
		Iš viso dienai:	62,6	33,57	153,81	1167,75

TVIRTINU Direktorė Ingrida Emilijana Jasionienė

3 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška ilgagrūdžių ryžių košė su sviestu 82 proc.rieb. ir uogomis (tausojantis)	31780	220	5,58	6,46	38,59	234,79
Sezoniniai vaisiai	5859	80	0,8	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta kmynų arbata	6111	150	0,1	0,07	0,25	2,05
		Iš viso maitinimui:	6,47	6,85	57,56	317,8

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta avinžirnių sriuba (tausojantis)(augalinis)	66387	150	2,91	1,83	21,77	115,2
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	7217	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Bulvių plokštainis su vištienos file	25570	220(173/47)	20,55	4,83	38,51	279,74
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	22367	30	1,29	1,14	1,44	21,18
Pagal sezoną raugintas arba šviežias agurkas	39899	60	0,48	0,12	1,65	9,6
Paprikos	73593	35	0,32	0,07	2,35	11,27
Pomidorai	22308	30	0,3	0,12	1,74	9,24
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	25544	150	0,02	0	0,5	2,06
		Iš viso maitinimui:	27,34	8,5	83,25	518,88

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Spelta miltų blynai su obuoliais	22425	115(95/20)	5,59	11,41	39,18	281,79
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	27046	40	1,72	1,52	1,92	28,24
Nesaldinta vaisinė arbata	15259	150	0	0	0	0,03
		Iš viso maitinimui:	7,31	12,93	41,1	310,06
		Iš viso dienai:	41,12	28,28	181,91	1146,74

TVIRTINU
Direktorė
Ingrida Emilijana Jasionienė

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su bananais, cinamonu ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	31782	140(128/10/2)	6,58	5,06	27,71	182,68
Viso grūdo batonas su lydytu tepamu sūreliu (22 proc. rieb.)	17451	40 (25/15)	3,44	3,91	14,31	106,15
Sezoniniai vaisiai	64295	110	0,99	0,11	12,87	56,43
Nesaldinta arbatžolių arbata	25543	150	0	0	0	0,02
		Iš viso maitinimui:	11,01	9,07	54,9	345,28

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvienė su salierais (tausojantis)	35058	150	1,2	8,81	8,28	117,25
Apkepas su lašišos filė (tausojantis)	23498	130	16,05	12,9	9,29	217,39
Virti plikyti ryžiai su kariu (tausojantis) (augalinis)	31784	120	3,1	0,19	28,29	127,22
Pomidorai	1268	60	0,6	0,24	3,48	18,48
Pagal sezoną raugintas arba šviežias agurkas	87831	65	0,46	0	1,82	9,1
Stalo vanduo paskanintas melionais	25549	150	0,03	0	0,46	1,95
		Iš viso maitinimui:	21,44	22,14	51,62	491,39

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (varškė 9 proc.rieb.) apkepas (tausojantis)	19161	120	18,07	14,68	26,48	310,36
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	22367	30	1,29	1,14	1,44	21,18
Nesaldinta kmynų arbata	6111	150	0,1	0,07	0,25	2,05
		Iš viso maitinimui:	19,46	15,9	28,17	333,58
		Iš viso dienai:	51,91	47,11	134,69	1170,25

TVIRTINU
Direktorė
Ingrida Emilijana Jasionienė

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų košė su sviestu 82proc. rieb. ir cinamonu (tausojantis)	17107	200(194/5/1)	6,75	5,9	38,14	232,68
Bandelė	27714	30	2,37	1,38	17,82	93,18
Kakava su pienu (2,5proc. rieb.)	631	150	2,73	2,21	5,04	50,93
		Iš viso maitinimui:	**11,85**	**9,49**	**61**	**376,79**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Moliūgų sriuba (tausojantis)(augalinis)	79284	150	0,84	1,69	6,49	44,51
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	14848	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Troškintas jautienos ir kiaulienos kumpio paplotėlis (tausojantis)	31802	80(60/20)	16,54	13,8	0,41	191,94
Bulvių košė (tausojantis)	17685	120	2,61	3,51	21,44	127,76
Šviežių daržovių rinkinukas (pomidorai,cukinijos)	25571	75	0,86	0,18	3,46	18,92
Morkos	25569	60	0,6	0,06	6,24	27,9
Stalo vanduo paskanintas melionais	25549	150	0,03	0	0,46	1,95
		Iš viso maitinimui:	**22,94**	**19,62**	**53,8**	**483,58**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4993	120	11,66	13,36	6,88	194,41
Batonas	23844	30	2,4	0,69	16,02	79,89
Sezoniniai vaisiai	878	100	0,3	0,4	15,1	65,2
Nesaldinta vaisinė arbata	15259	150	0	0	0	0,03
		Iš viso maitinimui:	**14,36**	**14,45**	**38,01**	**339,52**
		Iš viso dienai:	**49,15**	**43,56**	**152,81**	**1199,89**

TVIRTINU Direktorė
Ingrida Emilijana Jasionienė

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)	21953	100	3,7	1,56	29,31	146,07
Ekologiškas natūralus jogurtas iki 3,8 proc.	5123	125	5,38	4,75	6	88,25
Liofilizuotos uogos (braškės, avietės, mėlynės)	27715	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Sezoniniai vaisiai	47421	120	0,48	0	11,88	49,44
Nesaldinta arbatžolių arbata	25543	150	0	0	0	0,02
		Iš viso maitinimui:	10,31	6,68	52,25	310,39

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščių sriuba(tausojantis) (augalinis)	66385	150	1,87	1,32	10,02	59,43
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18514	35	1,72	0,46	17,85	82,36
Grikių ir kiaulienos kumpiu troškinys (tausojantis)	31222	150(90/40)	19,03	9,57	32,08	290,53
Pagal sezoną raugintas arba šviežias agurkas	73596	100	0,7	0	2,8	14
Rauginti kopūstai (augalinis)	21956	55	0,44	0	2,04	9,9
Stalo vanduo	25548	150	0	0	0	0
		Iš viso maitinimui:	23,75	11,34	64,78	456,22

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai (tausojantis)	17945	120	7,35	1,57	28,42	157,19
Fermentinis sūris 45-50 proc.rieb.	28189	18	4,45	4,54	0,4	60,19
Pomidorai	1268	60	0,6	0,24	3,48	18,48
Kefyras 2.5 proc.rieb.	25551	160	5,12	4	6,4	82,08
		Iš viso maitinimui:	17,52	10,35	38,7	317,94
		Iš viso dienai:	51,58	28,37	155,73	1084,55