

Vilniaus lopšelio darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Kriščiūnienė



Dokumentą elektroniniu parašu
pasirašė RŪTA, BIELEVIČIŪTĖ
Data: 2024-05-30 16:21:02



Lopšelis - darželis "Pasaka"

15DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS

1-3 M. AMŽIAUS VAIKAMS

Be glitimo

Sudarė:

Dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Įstaigos darbo laikas nuo
7: 30 iki 18: 00 val

Vilniaus lopšelio darželis
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Krisciūniene

Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"
Kodas: 302782040
PVM kodas: 100006884815
Bazilijonų g. 3, Vilnius

**1 savaitė
Pirmadienis**

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Grikių kruopų košė (tausojantis) | KK-1 | 160 g | 4,06 | 0,96 | 23,12 | 117,71 |
| Sviestas | | 5 g | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,20 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,36 | 0,36 | 11,70 | 51,48 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 4,46 | 5,45 | 34,86 | 206,39 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Šviežių daržovių (bulvės, morkos, cukinija, svogūnai, žiediniai kopūstai, cukinijos) sriuba (tausojantis) | S-5 | 100 g | 1,08 | 1,60 | 4,88 | 38,51 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be glitimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Kalakutienos karis su grietinėle (tausojantis) | PT-21A | 80 g | 12,68 | 7,08 | 4,65 | 133,03 |
| Virti birūs nešlifuoti ryžiai (augalinis)(tausojantis) | G-1 | 80 g | 1,20 | 1,78 | 12,91 | 69,89 |
| Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais ir alyvuogių aliejumi (augalinis) | DG-39B | 80 g | 0,85 | 3,91 | 5,04 | 56,57 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 18,28 | 19,35 | 36,02 | 390,40 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|-----------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kokosinis varškės apkepas (be glitimo, be kiaušinio)(varškė, ryžių miltai, kokosų drožlės, cukrus, druska)(tausojantis) | ABV-A-16B | 160 g | 16,54 | 15,21 | 29,45 | 330,04 |
| Natūralus jogurtas | | 25 g | 1,13 | 0,88 | 1,15 | 17,00 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 25 g | 0,23 | 0,03 | 3,00 | 13,69 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 17,89 | 16,11 | 33,59 | 360,73 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 40,63 | 40,91 | 104,47 | 957,52 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio-darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Kriščiūnienė



Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius

Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"
Kodas: 302782040
PVM kodas: 100006884815
Bazilijonų g. 3, Vilnius

**1 savaitė
Antradienis**

Pusryčiai 9:00 val.

| Patekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiša | Patekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kukurūzų košė be pieno (kukurūzų kruopos, druska, vanduo)(augalinis)(tausojantis) | KK-A-3 | 160 g | 4,08 | 0,88 | 36,96 | 172,08 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 20 g | 0,18 | 0,02 | 2,40 | 10,95 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,25 | 0,25 | 8,19 | 36,04 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 4,52 | 1,15 | 47,55 | 219,07 |

Pietūs 12:15 val.

| Patekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiša | Patekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Šviežių daržovių (bulvės, morkos, cukinija, svogūnai, žiediniai kopūstai, cukinijos) sriuba (tausojantis) | S-5 | 100 g | 1,08 | 1,60 | 4,88 | 38,51 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be gliatimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Konv. krosnyje kepti vištienos kepsneliai (tausojantis) | PT-48 | 90 g | 24,61 | 4,04 | 17,76 | 146,75 |
| Virtos bulvės su krapais (augalinis)(tausojantis) | G-14 | 80 g | 1,36 | 0,08 | 16,00 | 68,80 |
| Šv. morkų salotos su sezamo sėklomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis) | DG-7A | 80 g | 1,62 | 5,71 | 8,29 | 89,64 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 31,14 | 16,41 | 55,46 | 436,10 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiša | Patekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------------------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Avižinės duonos sumuštinis be gliatimo su varškės užtepėle, virtu kumpiu, sūriu, šviežia salota ir pomidoru | KS-A-2A | 60/10/20/20/5/10 g | 8,20 | 12,85 | 15,24 | 221,46 |
| Pienas (2,5%) | | 150 g | 4,95 | 4,80 | 7,20 | 91,50 |
| Viso: | | | 13,15 | 17,65 | 22,44 | 312,96 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 48,80 | 35,21 | 125,45 | 968,13 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Krščiūnienė

Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"
Kodas: 302782040
PVM kodas: 100006884815
Bazilijonų g. 3, Vilnius

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Virtas kiaušinis (tausojantis) | K-2 | 70 g | 8,61 | 8,19 | 0,49 | 109,90 |
| Sviestas | | 5 g | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,20 |
| Avižinė duona be glitimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Šviežias pomidoras | DG-19 | 50 g | 0,50 | 0,10 | 2,10 | 8,50 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,36 | 0,36 | 11,70 | 51,48 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 11,85 | 16,26 | 22,73 | 285,08 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|----------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Šparaginių pupelių sriuba su pomidorais (tausojantis)(augalinis) | S-44 | 100 g | 1,26 | 1,11 | 7,51 | 43,75 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be glitimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Natūrali troškinta kalakutiena (kalakutiena, morkos, druska, pipirai)(tausojantis) | PT-A-12A | 80 g | 14,88 | 8,08 | 0,00 | 132,80 |
| Virti birūs griekiai (augalinis)(tausojantis) | G-5 | 80 g | 3,05 | 2,19 | 17,04 | 100,37 |
| Šviežiai rauginti agurkai | DG-2 | 80 g | 2,24 | 0,00 | 9,04 | 15,20 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 23,90 | 16,36 | 42,13 | 384,52 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|----------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kepti varškėčiai be glitimo ir kiaušinių (varškė, kukurūzų miltai, druska)(tausojantis) | ABV-A-38 | 120 g | 13,99 | 12,87 | 24,92 | 279,27 |
| Šiltas vyšnių padažas | P-23 | 25 g | 0,20 | 0,11 | 9,19 | 36,40 |
| Natūralus jogurtas | | 25 g | 1,13 | 0,88 | 1,15 | 17,00 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 15,32 | 13,85 | 35,25 | 332,67 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 51,06 | 46,47 | 100,11 | 1002,27 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Kriščiūnienė



Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius

Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"
Kodas: 302782040
PVM kodas: 100006884815
Bazilijonų g. 3, Vilnius

**1 savaitė
Ketvirtadienis**

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Ryžių dribsnių košė be pieno (ryžių dribsniai, cukrus, vanduo)(tausojantis) | KK-A-5 | 160 g | 3,74 | 0,53 | 37,63 | 170,40 |
| Sviestas | | 2 g | 0,01 | 1,65 | 0,02 | 14,88 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,36 | 0,36 | 11,70 | 51,48 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 4,12 | 2,54 | 49,35 | 236,76 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kreminė moliūgų sriuba (tausojantis) | S-2 | 100 g | 0,89 | 3,82 | 3,58 | 53,28 |
| Avižinė duona be glitimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Natūrali troškinta jautiena (jautiena, druska)(tausojantis) | M-A-15 | 90 g | 18,93 | 3,26 | 0,43 | 108,00 |
| Bulvių ir žirnių košė (tausojantis) | G-22 | 60 g | 2,30 | 9,86 | 7,06 | 123,70 |
| Šviežiai marinuotų kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis) | DG-44 | 70 g | 0,91 | 2,73 | 7,84 | 62,30 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 25,37 | 23,14 | 27,31 | 425,28 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|----------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kukurūzų blynai su bananais (be kiaušinių, be pieno, be gliuteno)(kukurūzų miltai, bananai, cukrus, vanduo) | ABV-A-10 | 120 g | 4,44 | 10,34 | 36,28 | 253,33 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 25 g | 0,23 | 0,03 | 3,00 | 13,69 |
| Pienas (2,5%) | | 130 g | 4,29 | 4,16 | 6,24 | 79,30 |
| Viso: | | | 8,96 | 14,53 | 45,51 | 346,32 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 38,45 | 40,21 | 122,17 | 1008,35 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio-darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Kriščiūnienė

Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"
Kodas: 302782040
PVM kodas: 100006884815
Bazilijonų g. 3, Vilnius

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Sorų kruopų košė (tausojantis) | KK-5 | 160 g | 3,76 | 1,60 | 20,02 | 112,03 |
| Sviestas | | 3 g | 0,02 | 2,48 | 0,02 | 22,32 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,36 | 0,36 | 11,70 | 51,48 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 4,14 | 4,44 | 31,74 | 185,83 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Raudonųjų lęšių sriuba su morkomis (augalinis) (tausojantis) | S-10 | 100 g | 3,04 | 0,26 | 9,10 | 50,97 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be glitimo | | 10 g | 0,78 | 1,16 | 2,80 | 26,00 |
| Naminiai žuvies piršteliai (jūrinės lydekos filė, virtos bulvės, kukurūzų miltai)(tausojantis) | Ž-1 | 80 g | 15,75 | 4,40 | 12,51 | 152,66 |
| Virti birūs griekiai (augalinis)(tausojantis) | G-5 | 80 g | 3,05 | 2,19 | 17,04 | 100,37 |
| Virtų burokėlių salotos su konservuotais žimeliais, raugintais agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis) | DG-25I | 80 g | 3,84 | 5,12 | 6,16 | 83,84 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 26,59 | 14,63 | 47,75 | 428,23 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Virti ryžių makaronai (augalinis)(tausojantis) | G-A-2 | 140 g | 4,90 | 4,07 | 56,21 | 281,11 |
| Tarkuotas fermentinis sūris | | 5 g | 1,24 | 1,26 | 0,11 | 16,70 |
| Šviežias agurkas | DG-1F | 50 g | 0,34 | 0,17 | 1,17 | 5,50 |
| Vaisinis jogurtas | | 125 g | 3,50 | 3,13 | 11,38 | 88,75 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 9,97 | 8,62 | 68,86 | 392,06 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 40,70 | 27,70 | 148,35 | 1006,12 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Kriščiūnienė

Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"

Kodas: 302782040

PVM kodas: 100006884815

Bazilijonų g. 3, Vilnius

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Grikių kruopų košė (tausojantis) | KK-1 | 160 g | 4,06 | 0,96 | 23,12 | 117,71 |
| Sviestas | | 5 g | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,20 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,36 | 0,36 | 11,70 | 51,48 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 4,46 | 5,45 | 34,86 | 206,39 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|---------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Žirnių ir morkų sriuba (augalinis) (tausojantis) | S-3 | 100 g | 3,11 | 1,41 | 9,25 | 62,39 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be glitimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Vištienos plovas su nešlifuotais ryžiais, morkomis ir žalumynais (tausojantis) | PT-16A | 60/90 g | 30,01 | 6,13 | 25,52 | 289,11 |
| Šviežiai rauginti agurkai | DG-2B | 40 g | 1,12 | 0,00 | 4,52 | 7,60 |
| Šviežias pomidoras | DG-19 | 40 g | 0,40 | 0,08 | 1,68 | 6,80 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 37,11 | 12,60 | 49,50 | 458,30 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|-----------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Varškės apkepas su moliūgais be glitimo, be kiaušinio (varškė, ryžių miltia, moliūgas, druska, cukrus)(tausojantis) | ABV-A-33A | 160 g | 17,94 | 12,51 | 32,31 | 313,59 |
| Natūralus jogurtas | | 25 g | 1,13 | 0,88 | 1,15 | 17,00 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 25 g | 0,23 | 0,03 | 3,00 | 13,69 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 19,29 | 13,41 | 36,45 | 344,28 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 60,86 | 31,47 | 120,81 | 1008,97 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Kriščiūnienė

Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"

Kodas: 302782040
PVM kodas: 100006884815
Bazilijonų g. 3, Vilnius

**2 savaitė
Antradienis**

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kukurūzų košė be pieno (kukurūzų kruopos, druska, vanduo)(augalinis)(tausojantis) | KK-A-3 | 160 g | 4,08 | 0,88 | 36,96 | 172,08 |
| Sviestas | | 5 g | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,20 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,36 | 0,36 | 11,70 | 51,48 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 4,48 | 5,37 | 48,70 | 260,76 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kreminė daržovių (morkos, bulvės, kopūstas, svogūnas) sriuba (tausojantis) | S-10 | 100 g | 1,00 | 3,75 | 3,82 | 53,95 |
| Avižinė duona be glitimo | KS-37A | 20 g | 1,56 | 2,32 | 5,60 | 52,00 |
| Natūralus jautienos troškiny (jautiena, svogūnai, druska)(tausojantis) | M-A-4 | 90 g | 18,93 | 3,26 | 0,43 | 108,00 |
| Avinžimių makaronai (augalinis)(tausojantis) | G-A-10 | 80 g | 2,40 | 5,36 | 16,64 | 126,32 |
| Pekino kopūsto salotos su kukurūzais ir alyvuogių aliejumi (augalinis) | DG-18E | 80 g | 1,20 | 4,04 | 5,36 | 60,75 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 25,09 | 18,73 | 31,85 | 401,02 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|----------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Konv. krosnyje kepti morkų keksiukai (morkos, kiaušinis, aliejus, cinamonas, kakava)(tausojantis) | ABV-A-17 | 120 g | 4,15 | 4,02 | 42,16 | 219,48 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 25 g | 0,23 | 0,03 | 3,00 | 13,69 |
| Natūralus jogurtas | | 25 g | 1,13 | 0,88 | 1,15 | 17,00 |
| Pienas (2,5%) | | 150 g | 4,95 | 4,80 | 7,20 | 91,50 |
| Viso: | | | 10,46 | 9,72 | 53,50 | 341,67 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 40,02 | 33,82 | 134,06 | 1003,45 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Kriščiūnienė

Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"
Kodas: 302782040
PVM kodas: 100006884815
Bazilijonų g. 3, Vilnius

**2 savaitė
Trečiadienis**

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiša | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Ryžių dribsnių košė be pieno (ryžių dribsniai, cukrus, vanduo)(tausojantis) | KK-A-5 | 160 g | 3,74 | 0,53 | 37,63 | 170,40 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 20 g | 0,18 | 0,02 | 2,40 | 10,95 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,32 | 0,32 | 10,40 | 45,76 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 4,25 | 0,87 | 50,43 | 227,11 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiša | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis) | S-4 | 100 g | 1,27 | 3,17 | 7,59 | 63,92 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be glitimo | | 15 g | 1,17 | 1,74 | 4,20 | 39,00 |
| Konv. krosnyje kepti kalakutienos kepsnelis (tausojantis) | PT-31B | 90 g | 9,99 | 6,40 | 19,04 | 173,70 |
| Virti birūs griekiai (augalinis)(tausojantis) | G-5 | 80 g | 3,05 | 2,19 | 17,04 | 100,37 |
| Šviežių morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis) | DG-16 | 40 g | 0,52 | 1,24 | 6,53 | 39,36 |
| Šviežias agurkas | DG-1F | 40 g | 0,27 | 0,13 | 7,53 | 32,38 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 16,40 | 16,37 | 62,06 | 463,13 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiša | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|----------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Varškės ir bananų virtinukai (varškė, bananai, kukurūzų miltai, druska, cukrus)(tausojantis) | ABV-A-57 | 140 g | 15,69 | 6,16 | 34,03 | 243,49 |
| Šiltas vyšnių padažas | P-23 | 25 g | 0,20 | 0,11 | 9,19 | 36,40 |
| Ryžių traputis | | 10 g | 0,68 | 0,08 | 7,64 | 34,40 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 16,58 | 6,35 | 50,86 | 314,29 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 37,22 | 23,59 | 163,35 | 1004,53 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio-darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Krisciūnienė

Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"
Kodas: 302782040
PVM kodas: 100006884815
Bazilijonų g. 3, Vilnius

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|------------------------------------|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) | KK-13 | 160 g | 4,24 | 1,92 | 38,56 | 188,32 |
| Sviestas | | 5 g | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,20 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,20 | 0,20 | 6,50 | 28,60 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 4,48 | 6,25 | 45,10 | 254,12 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis) | S-1P | 100 g | 2,89 | 1,24 | 12,40 | 72,28 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be glitimo | | 15 g | 1,17 | 1,74 | 4,20 | 39,00 |
| Vištienos troškiny (vištiena, morkos, svogūnas, druska, pipirai)(tausojantis) | PT-A-5A | 80 g | 8,86 | 11,26 | 2,28 | 143,63 |
| Virtų bulvių košė (tausojantis) | G-4 | 80 g | 2,90 | 4,13 | 10,78 | 90,24 |
| Įvairių kopūstų salotos „Coleslaw“ su moliūgų sėklomis, sezamo sėklomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis) | DG-38 | 80 g | 1,31 | 2,52 | 4,56 | 49,20 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 17,26 | 22,39 | 34,36 | 408,75 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|-----------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Ryžių sklandžiai su bananais (ryžių miltai, miltų mišinys be glitimo, vanduo, kiaušinis, bananas, aliejus, druska, cukrus) | ABV-A-49A | 120 g | 7,28 | 6,80 | 41,06 | 254,63 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 25 g | 0,23 | 0,03 | 3,00 | 13,69 |
| Geriamas jogurtas | | 150 g | 4,50 | 2,25 | 8,70 | 75,00 |
| Viso: | | | 12,01 | 9,08 | 52,76 | 343,32 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 33,75 | 37,72 | 132,22 | 1006,19 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Kriščiūnienė

Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"
Kodas: 302782040
PVM kodas: 100006884815
Bazilijonų g. 3, Vilnius

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Avižinių dribsnių košė be pieno (avižiniai dribsniai, cukrus, vanduo)(augalinis)(tausojantis) | KK-A-1 | 160 g | 5,52 | 2,69 | 34,98 | 177,12 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 20 g | 0,18 | 0,02 | 2,40 | 10,95 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,36 | 0,36 | 11,70 | 51,48 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 6,06 | 3,07 | 49,07 | 239,55 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Cukinijų sriuba (cukinija, morkos, bulvės, svogūnas, druska, vanduo)(tausojantis) | S-33 | 100 g | 1,58 | 3,63 | 5,58 | 61,31 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be glitimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Konv. krosnyje keptas menkės kepenelis (tausojantis) | Ž-8 | 80 g | 16,45 | 1,45 | 0,25 | 80,77 |
| Virti birūs nešlifuoti ryžiai (augalinis)(tausojantis) | G-1 | 80 g | 1,20 | 1,78 | 12,91 | 69,89 |
| Virtų burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis) | DG-25B | 80 g | 1,20 | 4,08 | 7,44 | 64,24 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 22,90 | 15,92 | 34,72 | 368,61 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Konv. krosnyje keptas omletas (tausojantis) | K-1 | 110 g | 14,34 | 8,79 | 0,56 | 137,83 |
| Sviestas | | 5 g | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,20 |
| Avižinė duona be glitimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Šviežias pomidoras | DG-19 | 50 g | 0,50 | 0,10 | 2,10 | 8,50 |
| Sūrio lazdelė "Pik Nik" | | 20 g | 5,12 | 4,08 | 0,38 | 58,80 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 22,34 | 20,58 | 11,48 | 320,33 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 51,30 | 39,57 | 95,27 | 928,49 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Kriščiūnienė

Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040 *
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"
Kodas: 302782040
PVM kodas: 100006884815
Bazilijonų g. 3, Vilnius

3 savaitė Pirmadienis

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|-----------------------------------|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Ryžių dribsnių košė (tausojantis) | KK-8B | 160 g | 2,56 | 1,02 | 19,94 | 99,14 |
| Sviestas | | 5 g | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,20 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,48 | 0,48 | 15,60 | 68,64 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 3,08 | 5,63 | 35,58 | 204,98 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Baltųjų pupelių sriuba su daržovėmis (morkos, bulvės, svogūnai) (augalinis) (tausojantis) | S-9 | 100 g | 2,36 | 1,40 | 8,07 | 53,71 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be glitimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Konv. krosnyje kepti vištienos šlaunelių mėsos kepsneliai (be odos)(tausojantis) | PT-48 | 90 g | 20,96 | 7,20 | 0,27 | 135,83 |
| Virti birūs griekiai (augalinis)(tausojantis) | G-5 | 80 g | 3,05 | 2,19 | 17,04 | 100,37 |
| Baltųjų ridikų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis) | DG-42 | 40 g | 0,46 | 2,02 | 3,33 | 32,80 |
| Šviežias agurkas | DG-1F | 40 g | 0,27 | 0,13 | 0,93 | 4,40 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 29,57 | 17,93 | 38,18 | 419,51 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|-----------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Varškės apkepas (be kiaušinio, be gliuteno)(varškė, ryžių miltai, druska, cukrus)(tausojantis) | ABV-A-32A | 160 g | 17,79 | 12,26 | 35,55 | 323,68 |
| Natūralus jogurtas | | 25 g | 1,13 | 0,88 | 1,15 | 17,00 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 25 g | 0,23 | 0,03 | 3,00 | 13,69 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 19,15 | 13,16 | 39,70 | 354,37 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 51,79 | 36,72 | 113,45 | 978,85 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė



Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"
Kodas: 302782040
PVM kodas: 100006884815
Bazilijonų g. 3, Vilnius

**3 savaitė
Antradienis**

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kukurūzų košė be pieno (kukurūzų kruopos, druska, vanduo)(augalinis)(tausojantis) | KK-A-3 | 160 g | 4,08 | 0,88 | 36,96 | 172,08 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 20 g | 0,18 | 0,02 | 2,40 | 10,95 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,36 | 0,36 | 11,70 | 51,48 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 4,62 | 1,26 | 51,06 | 234,51 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Burokėlių sriuba (augalinis)(tausojantis) | S-1 | 100 g | 0,83 | 1,32 | 4,30 | 32,97 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be glitimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Natūrali troškinta kiauliena (kiauliena, svogūnai, druska)(tausojantis) | M-A-8 | 90 g | 16,29 | 10,80 | 0,81 | 165,24 |
| Virti birūs griekiai (augalinis)(tausojantis) | G-5 | 80 g | 3,05 | 2,19 | 17,04 | 100,37 |
| Šviežių kopūstų salotos su paprikomis, kukurūzais ir alyvuogių aliejumi (augalinis) | DG-18F | 80 g | 1,26 | 2,24 | 4,52 | 44,24 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 23,89 | 21,53 | 35,21 | 435,22 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Konv. krosnyje keptos bulvių skiltelės su žalumynais (tausojantis) | V-3 | 150 g | 3,60 | 9,75 | 28,95 | 225,00 |
| Nat. pomidorų padažas "Marinara" (augalinis)(tausojantis) | P-4 | 35 g | 0,25 | 0,04 | 2,21 | 9,10 |
| Kefyras (2,5%) | | 150 g | 5,10 | 3,75 | 7,35 | 90,00 |
| Viso: | | | 8,95 | 13,54 | 38,51 | 324,10 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 37,46 | 36,33 | 124,77 | 993,83 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Kriščiūnienė

Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"

Kodas: 302782040

PVM kodas: 100006884815

Bazilijonų g. 3, Vilnius

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiša | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|----------------------------------|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Grikių kruopų košė (tausojantis) | KK-1 | 160 g | 4,06 | 0,96 | 23,12 | 117,71 |
| Sviestas | | 5 g | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,20 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,66 | 0,66 | 21,45 | 94,38 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 4,76 | 5,75 | 44,61 | 249,29 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiša | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Šv. daržovių sriuba (cukinija, kopūstai, morkos, svogūnai, bulvės) su brokoliais (tausojantis) | S-5A | 100 g | 0,90 | 1,33 | 4,07 | 32,09 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be glitimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Maltos kalakutienos "Bolognese" (tausojantis) | PT-46 | 80 g | 27,12 | 4,51 | 11,01 | 203,79 |
| Virti birūs nešlifuoti ryžiai (augalinis)(tausojantis) | G-1 | 80 g | 1,20 | 1,78 | 12,91 | 69,89 |
| Šviežias pomidoras | DG-19 | 80 g | 0,80 | 0,16 | 3,36 | 13,60 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 32,49 | 12,77 | 39,89 | 411,77 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiša | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|-----------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Varškės keksiukai su obuoliais (varškė, obuoliai, kukurūzų krakmolos, druska, cukrus)(tausojantis) | ABV-A-32B | 120 g | 13,34 | 9,19 | 26,66 | 248,80 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 30 g | 0,28 | 0,03 | 3,60 | 16,43 |
| Natūralus jogurtas | | 30 g | 1,35 | 1,05 | 1,38 | 20,40 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 14,97 | 10,27 | 31,64 | 285,62 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 52,22 | 28,79 | 116,14 | 946,68 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

Vilniaus lopšelio darželio
„Pasaka“ direktorė
Ugnė Kriščiūnienė

Lopšelis - darželis "Pasaka"
Kodas: 302782040
Žirmūnų g. 92, Vilnius



Direktorė Rūta Bielevičiūtė
UAB "Voverės"

Kodas: 302782040

PVM kodas: 100006884815

Bazilijonų g. 3, Vilnius

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Virtas kiaušinis (tausojantis) | K-2 | 60 g | 7,38 | 7,02 | 0,42 | 94,20 |
| Sviestas | | 5 g | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,20 |
| Konservuoti žalieji žirneliai | DG-53 | 50 g | 2,45 | 0,10 | 7,90 | 32,00 |
| Avižinė duona be glitimo | | 30 g | 2,34 | 3,48 | 8,40 | 78,00 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,28 | 0,28 | 9,10 | 40,04 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 12,49 | 15,01 | 25,86 | 281,44 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kreminė lėšų sriuba (tausojantis) | S-23C | 100 g | 1,27 | 3,85 | 4,47 | 58,46 |
| Avižinė duona be glitimo | | 15 g | 1,17 | 1,74 | 4,20 | 39,00 |
| Natūrali troškinta jautiena (jautiena, druska)(tausojantis) | M-A-15 | 90 g | 18,93 | 3,26 | 0,43 | 108,00 |
| Bulvių ir kalafiorų košė (tausojantis) | G-18 | 80 g | 1,93 | 13,59 | 7,18 | 156,12 |
| Virtų burokėlių salotos su saulėgrąžų sėklomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis) | DG-33B | 80 g | 0,90 | 3,60 | 6,20 | 55,50 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 24,20 | 26,04 | 22,48 | 417,08 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Bulvių piršteliai (virtos bulvės, krakmolos, druska)(tausojantis) | ABV-A-5 | 120 g | 2,44 | 0,13 | 36,67 | 156,84 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Kukurūzų traputis | | 20 g | 1,42 | 0,20 | 12,72 | 58,40 |
| Geriamas jogurtas | | 150 g | 4,35 | 2,25 | 7,47 | 78,00 |
| Viso: | | | 8,34 | 4,08 | 57,00 | 307,64 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 45,02 | 45,13 | 105,34 | 1006,16 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 9:00 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--------------------------------|---------|--------|------------------------------|-------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Sorų kruopų košė (tausojantis) | KK-5 | 160 g | 3,76 | 1,60 | 20,02 | 112,03 |
| Trintos uogos (augalinis) | P-15 | 20 g | 0,18 | 0,02 | 2,40 | 10,95 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 g | 0,32 | 0,32 | 10,40 | 45,76 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 4,27 | 1,94 | 32,81 | 168,74 |

Pietūs 12:15 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Pomidorų sriuba su nešlifuotiis ryžiais (augalinis) (tausojantis) | S-18A | 100 g | 1,43 | 2,03 | 8,72 | 58,91 |
| Grietinė (30%) | | 5 g | 0,13 | 1,50 | 0,14 | 14,40 |
| Avižinė duona be glitimo | | 20 g | 1,56 | 2,32 | 5,60 | 52,00 |
| Konv. krosnyje keptas lydekos kepsnelis (tausojantis) | Ž-4 | 80 g | 19,19 | 4,40 | 8,07 | 148,64 |
| Virti birūs griķiai (augalinis)(tausojantis) | G-5 | 80 g | 3,05 | 2,19 | 17,04 | 100,37 |
| Pekino kopūstų, agurkų ir ridikėlių salotos su alvuvoziu alieiumi (augalinis) | DG-18E | 80 g | 0,83 | 3,89 | 3,61 | 49,38 |
| Vanduo | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 26,18 | 16,33 | 43,17 | 423,70 |

Vakarienė 15:30 val.

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiğa | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | Energinė vertė, kcal |
|--|---------|--------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Virti ryžių makaronai (augalinis)(tausojantis) | G-A-2 | 130 g | 4,55 | 3,78 | 52,20 | 261,03 |
| Tarkuotas fermentinis sūris | | 10 g | 2,47 | 2,52 | 0,22 | 33,40 |
| Grietinės ir žaliųjų žimelių padažas (tausojantis) | P-17 | 35 g | 0,85 | 7,68 | 1,09 | 76,89 |
| Šviežias pomidoras | DG-19 | 50 g | 0,50 | 0,10 | 2,10 | 8,50 |
| Sūrio lazdelė "Pik Nik" | | 10 g | 2,56 | 2,04 | 0,19 | 29,40 |
| Arbata be cukraus | | 200 g | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Viso: | | | 10,93 | 16,13 | 55,79 | 409,22 |
| Iš viso (dienos davinio): | | | 41,38 | 34,39 | 131,78 | 1001,66 |

Valgiaraščio maistinės ir energetinės vertės skaičiavimus atliko dietistė

Armantė Kazimieraitytė