



Įsteigėja: Direktorė  
Dienelė Kristiūnienė

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo  
8 priedas

**VILNIAUS LOPŠELIS – DARŽELIS „PASAKA“**

**Žirmūnų g. 110, Vilnius**

# **15 DIENŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS**

**1-3 metų amžiaus vaikams**

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 6:30 iki 18:30 val.



Direktorė  
Jana Krivčiūnienė

1 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/30T1	150	4,22	2,4	27,86	149,96
Grūdėta varškė (5%)	18/1 1	80	9,6	5,6	2,16	96,8
Trintos sezoninės uogos (augalinis)	14-1/4A	15	0,13	0,06	2,4	10,6
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>13,95</b>	<b>8,06</b>	<b>32,42</b>	<b>257,36</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	180	0,72	0,00	21,78	82,80
--------------------	----------	-----	------	------	-------	-------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT1	100	0,94	0,94	7,00	50,70
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T	70	16,09	2,99	0,90	94,95
Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	3-3/53AT	50	3,08	0,72	16,84	86,31
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/19A1	70	0,84	6,81	3,62	79,12
Vanduo		100	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Iš viso:</b>			<b>22,55</b>	<b>13,28</b>	<b>37,08</b>	<b>368,72</b>

**Vakariėnė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kieto grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	6-3/61T	102	5,55	2,99	29,35	166,60
Tarkuotas fermentinis sūris (45%)	18/10	15	3,15	4,20	0,30	51,60
Pomidorų padažas (augalinis)(tausojantis)	14/3AT	10	0,17	0,94	0,72	12,24
Švieži agurkai	18/22 1	50	0,40	0,10	1,15	7,10
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,27</b>	<b>8,23</b>	<b>30,37</b>	<b>237,54</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,49</b>	<b>29,57</b>	<b>121,65</b>	<b>946,42</b>



1 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis)	3-3/31AT	150	4,29	5,87	24,75	169,01
Nesaldintas jogurtas su razinomis	15-1/9 2	135	5,74	4,90	13,47	122,00
Nesaldinta arbata su citrina	17-1/2 1	150	0,06	0,02	0,47	1,45
<b>Iš viso:</b>			<b>10,03</b>	<b>10,77</b>	<b>38,22</b>	<b>292,46</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	180	0,72	0,00	10,98	45,00
--------------------	----------	-----	------	------	-------	-------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	100	2,35	2,33	8,57	63,57
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Keptas orkaitėje liesos žuvis (lydekos) apkepas (tausojantis)	9-8/166T	60	12,51	10,11	3,87	155,16
Virtos bulvės (augalinis)(tausojantis)	4-3/65AT2	50	1,03	0,05	9,42	42,28
Virtų burokėlių salotos su svogūnais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis)	4-3/69AT3	70	1,05	4,27	6,24	67,59
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>18,54</b>	<b>18,58</b>	<b>36,82</b>	<b>386,24</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T	120	15,5	7,51	28,8	244,7
Jogurto padažas	18/2	20	0,85	0,46	2,38	16,92
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>16,35</b>	<b>7,97</b>	<b>31,18</b>	<b>261,62</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>45,64</b>	<b>37,32</b>	<b>117,20</b>	<b>985,32</b>



TVIRTINGA: Direktorė  
Ugnė Kriščiūnienė

1 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/52AT 5	110	6,51	3,24	35,83	198,57
Duona su sviestu (82%) ir pomidoru (25/5/10) (sumuštinis)	16-1/3 1	40	1,99	4,55	11,15	93,51
Nesaldinta kmynų arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>8,5</b>	<b>7,79</b>	<b>46,98</b>	<b>292,08</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	180	1,26	0,00	19,98	77,40
--------------------	----------	-----	------	------	-------	-------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/46AT	100	1,04	4,42	5,06	37,18
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Šutinta vištienos file su žalumynais ir grietinėle (tausojantis)(56/19)	10-8/162T	75	20,4	8,52	1,41	163,94
Virti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT1	50	1,33	0,35	14,47	63,49
Aisbergo salotos su agurkais, ridikėliais ir aliejaus padažu (augalinis)	2-1/21A	70	0,64	6,79	2,49	71,92
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>25,01</b>	<b>21,90</b>	<b>32,15</b>	<b>394,17</b>

**Vakariė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pasukų blynėliai su bananais (80/10)	6-8/162	90	7,56	9,83	35,27	253,19
Trintos sezoninės uogos (augalinis)	14-1/4A	20	0,17	0,08	3,2	14,13
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>7,73</b>	<b>9,91</b>	<b>38,47</b>	<b>267,32</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>42,50</b>	<b>39,60</b>	<b>137,58</b>	<b>1030,97</b>


 1 savaitė  
 Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų košė su augaliniu gėrimu (augalinis)(tausojantis)	3-3/167AT	150	2,9	1,01	26,55	149,10
Trintos sezoninės uogos (augalinis)	14-1/4A	10	0,08	0,04	1,60	7,06
Pienas (2,5%)	18/3 4	150	5,10	3,75	7,35	83,55
<b>Iš viso:</b>			<b>8,08</b>	<b>4,80</b>	<b>35,5</b>	<b>239,71</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	180	1,62	0,72	21,06	88,20
--------------------	----------	-----	------	------	-------	-------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avinžirnių sriuba su žalumynais (augalinis) (tausojantis)	1-3/42AT1	100	2,34	1,26	6,99	48,67
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Troškintas veršienos guliašas (tausojantis)	12-5/99T	70	9,66	6,57	3,78	112,1
Virti makaronai (augalinis)(tausojantis)	6-3/60AT	50	2,67	0,26	18,45	86,7
Morkų, obuolių, salierų salotos su alyvuogių aliejumi ir saulėgrąžų sėklomis (augalinis)	2-1/21A	50	1,63	6,61	6,79	90,05
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>17,90</b>	<b>16,52</b>	<b>44,73</b>	<b>395,16</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai (tausojantis)	4-8/160T	140	11,27	7,64	31,57	248,12
Nesaldintas jogurtas	18/2 4	20	0,94	0,5	0,9	11,86
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>12,21</b>	<b>8,14</b>	<b>32,47</b>	<b>259,98</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>39,81</b>	<b>30,18</b>	<b>133,76</b>	<b>983,05</b>



1 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su moliūgais, alyvuogių aliejumi ir cinamonu (augalinis)(tausojantis)	3-3/38T	150	3,79	1,83	35,82	172,89
Razinos		20	0,34	0,00	13,90	54,00
Pik-nik sūrio lazdelė	18/31	20	5,34	4,16	0,07	59,08
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,47</b>	<b>5,99</b>	<b>49,79</b>	<b>285,97</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	180	1,80	0,72	42,12	165,00
--------------------	----------	-----	------	------	-------	--------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT	100	0,73	3,09	4,32	48,23
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Ryžių plovos su vištienos filė (tausojantis) (63/57)	10-5/111T	130	13,94	7,00	22,17	208,86
Daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	90	0,81	0,12	2,52	14,22
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>17,08</b>	<b>12,03</b>	<b>37,73</b>	<b>328,95</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	8-3/63T	60	7,62	6,9	0,42	94,2
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-3/64A	50	1,76	3,13	4,94	59,02
Duona su saulėgrąžomis ir sviestu	16-1/4 1	25	1,78	6,15	8,92	99,87
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,16</b>	<b>16,18</b>	<b>14,28</b>	<b>253,09</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>39,51</b>	<b>34,92</b>	<b>143,92</b>	<b>1033,01</b>



2 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su augaliniu gėrimu (augalinis)(tausojantis)	3-3/17AT	150	4,98	5,08	28,66	181,59
Trintos sezoninės uogos (augalinis)	14-1/4A	10	0,08	0,04	1,60	7,06
Nesaldinta arbata su citrina	17-1/2 1	150	0,06	0,02	0,47	1,45
<b>Iš viso:</b>			<b>5,06</b>	<b>5,12</b>	<b>30,26</b>	<b>188,65</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	180	0,72	0,00	21,78	82,80
--------------------	----------	-----	------	------	-------	-------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24AT	100	2,52	2,06	9,62	68,33
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Keptas garuose jautienos kukulis (tausojantis)	12-7/141T1	60	12,82	8,33	5,00	146,21
Virti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT1	50	1,33	0,35	14,47	63,49
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/5A1	70	0,64	5,67	4,25	70,62
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>18,91</b>	<b>18,23</b>	<b>42,06</b>	<b>406,29</b>

**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 avietėmis (tausojantis)	7-8/170T	100	12,81	12,85	15,03	226,46
Nesaldintas jogurtas	18/2 4	20	0,94	0,50	0,90	11,86
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>13,75</b>	<b>13,35</b>	<b>15,93</b>	<b>238,32</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38,44</b>	<b>36,70</b>	<b>110,03</b>	<b>916,06</b>



VIRTINĖ, Direktorė  
Lijne Krisciūnienė

2 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/52AT 5	110	6,51	3,24	35,83	198,57
Pik-nik sūrio lazdelė	18/31	20	5,34	4,16	0,07	59,08
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,85</b>	<b>7,40</b>	<b>35,9</b>	<b>257,65</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	180	1,26	0,36	32,4	124,20
--------------------	----------	-----	------	------	------	--------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų ir batatų sriuba su moliūgų sėklomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/54 AT	100	2,34	6,42	11,00	110,84
Viso grūdo batono skrebučiai	18/18 1	10	1,10	1,53	6,78	45,85
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, kopūstai, salierai, porai) troškiny (tausojantis)	10-5/108T	150	12,18	12,43	10,28	197,37
Daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	90	0,81	0,18	2,89	16,38
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>16,43</b>	<b>20,56</b>	<b>30,95</b>	<b>370,44</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	1-3/44T	150	5,02	6,25	20,35	157,38
Trapučiai	18-20	20	1,48	0,24	17,00	76,80
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>6,50</b>	<b>6,49</b>	<b>37,35</b>	<b>234,18</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>36,04</b>	<b>34,81</b>	<b>136,60</b>	<b>986,47</b>





2 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%)	3-3/5T	150	5,71	3,74	26,93	164,20
Trintos sezoninės uogos (augalinis)	14-1/4A	10	0,08	0,04	1,60	7,06
Pienas (2,5%)	18/3 4	150	5,10	3,75	7,35	83,55
<b>Iš viso:</b>			<b>10,89</b>	<b>7,53</b>	<b>35,88</b>	<b>254,81</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	180	0,90	0,90	18,00	84,60
--------------------	----------	-----	------	------	-------	-------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT1	100	0,94	0,94	7,00	50,70
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Kepti orkaitėje žemaičių blynai su lęšių įdaru (augalinis) (tausojantis)	5-8/161AT	120	5,86	2,88	34,43	189,00
Šviežių kopūstų, morkų ir paprikų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/1A	70	0,99	6,75	5,61	85,73
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,39</b>	<b>12,39</b>	<b>55,76</b>	<b>383,07</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)(90/10)	8-8/164 T	100	12,38	14,59	5,53	202,95
Duona su saulėgrąžomis	18-10	25	1,80	1,57	11,00	35,75
Švieži pomidorai	18-23	50	0,5	0,1	2,05	11,10
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>14,68</b>	<b>16,26</b>	<b>16,53</b>	<b>249,80</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>35,86</b>	<b>37,08</b>	<b>126,17</b>	<b>972,28</b>



2 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su augaliniu gėrimu (augalinis) (tausojantis)	3-3/11AT	150	5,04	2,71	27,83	164,37
Trintos sezoninės uogos (augalinis)	14-1/4A	10	0,08	0,04	1,60	7,06
Jogurtas (2,5%)	18/13	125	3,50	3,12	8,62	88,75
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>8,62</b>	<b>5,87</b>	<b>38,05</b>	<b>260,18</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	180	0,72	0,00	10,98	45,00
--------------------	----------	-----	------	------	-------	-------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT2	100	0,84	2,14	6,68	49,35
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Kepta garuose lašišos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	9-7/145T3	70	11,91	15,85	0,35	191,68
Virti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT1	50	1,33	0,35	14,47	63,49
Aisbergo salotos su pomidorais, konservuotais kukurūzais ir aliejaus padažu (augalinis)	2-3/66A	70	0,88	4,91	3,05	58,77
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>16,56</b>	<b>25,07</b>	<b>33,27</b>	<b>420,93</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9%) su aguonomis ir kukurūzų kruopomis(tausojantis)	7-8/160T1	90	17,9	12,01	16,33	244,95
Vanilės padažas	14-4T	15	0,38	2,83	1,82	34,92
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>18,28</b>	<b>14,84</b>	<b>18,15</b>	<b>279,87</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>44,18</b>	<b>45,78</b>	<b>100,45</b>	<b>1005,98</b>



TVIRTINU: Direktorė  
Ugnė Krisciūnienė

2 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kieto grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	6-3/61AT	140	6,39	4,52	33,88	202,15
Tarkuotas fermentinis sūris (45%)	18/10 1	20	4,20	5,60	0,40	68,8
Nesaldinta arbata su citrina	17-1/2 1	150	0,06	0,02	0,47	1,45
<b>Iš viso:</b>			<b>10,59</b>	<b>10,12</b>	<b>34,75</b>	<b>272,40</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	180	0,91	0,43	15,16	67,97
--------------------	----------	-----	------	------	-------	-------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT1	100	3,25	2,29	13,10	90,58
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Sorų kruopų troškiny su vištienos file (tausojantis)	10-5/112T	130	15,71	7,35	20,25	210,03
Daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	90	0,85	0,14	2,79	15,79
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>21,41</b>	<b>11,60</b>	<b>44,86</b>	<b>374,04</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais (80/40)	3-6/120 2	120	7,48	10,38	32,72	254,00
Trintos sezoninės uogos (augalinis)	14-1/4A	20	0,17	0,08	3,20	14,13
Nesaldintas jogurtas	18/2 4	20	0,94	0,50	0,90	11,86
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>8,59</b>	<b>10,96</b>	<b>35,92</b>	<b>279,99</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,50</b>	<b>33,11</b>	<b>130,69</b>	<b>994,40</b>



3 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanilinė kukurūzų kruopų košė su augaliniu gėrimu (augalinis)(tausojantis)	3-3/4AT	150	4,29	1,35	32,47	159,78
Trintos sezoninės uogos (augalinis)	14-1/4A	10	0,08	0,04	1,60	7,06
Pienas (2,5%)	18/3 4	150	5,10	3,75	7,35	83,55
<b>Iš viso:</b>			<b>4,29</b>	<b>1,35</b>	<b>41,42</b>	<b>250,39</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	180	0,72	0,00	21,78	82,80
--------------------	----------	-----	------	------	-------	-------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT	100	0,73	3,09	4,32	48,23
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Troškinta kalakutienos file su morkomis ir šparaginėmis pupelėmis(32/20/28) (tausojantis)	10-8/163T	80	11,36	6,85	4,43	124,99
Virti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT1	50	1,33	0,35	14,47	63,49
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A 2	70	0,74	3,17	5,47	51,99
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>15,76</b>	<b>15,28</b>	<b>37,41</b>	<b>346,34</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis)	7-8/166T 1	80	13,18	8,33	15,30	188,85
Trintos sezoninės uogos (augalinis)	14-1/4A	20	0,17	0,08	3,20	14,13
Nesaldintas jogurtas	18/2 4	20	0,94	0,50	0,90	11,86
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>14,29</b>	<b>8,91</b>	<b>19,40</b>	<b>214,84</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>35,06</b>	<b>25,54</b>	<b>120,01</b>	<b>894,37</b>



Direktorė  
Ugnė Krisciūnienė

3 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/52AT5	100	5,91	2,94	32,57	180,51
Duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%) (25/3/20) (sumuštinis)	16-1/4 1	48	6,07	8,47	11,12	145,08
Nesaldinta arbata su citrina	17 -1/21	150	0,06	0,02	0,47	1,45
<b>Iš viso:</b>			<b>5,91</b>	<b>2,94</b>	<b>44,16</b>	<b>327,04</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/20 11	150	3,60	0,00	14,40	90,00
--------------------	----------	-----	------	------	-------	-------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT	100	1,21	2,18	8,12	57,01
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Keptas orkaitėje liesos žuvis apkepamas (tausojantis)	9-8/166T	60	12,51	10,11	3,87	155,16
Bulvių košė (tausojantis)	4-3/8T	70	1,33	0,35	14,47	63,49
Virtų burokėlių salotos su svogūnais ir alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	4-3/69AT3	70	1,05	4,27	6,24	67,59
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>17,58</b>	<b>17,23</b>	<b>41,26</b>	<b>386,29</b>

**Vakariė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti lietiniai blynai su varške (varškė 9%) (tausojantis)	6-8/163T	120	18,55	13,33	23,91	259,92
Trintos sezoninės uogos (augalinis)	14-1/4A	20	0,17	0,08	3,20	14,13
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>18,72</b>	<b>13,41</b>	<b>27,11</b>	<b>274,05</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>45,81</b>	<b>33,58</b>	<b>126,93</b>	<b>1077,38</b>



3 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsniai su augaliniu gėrimu (augalinis)(tausojantis)	3-3/168AT	150	2,9	4,42	26,55	180,15
Sezoninės uogos (augalinis)	14-1/4A	10	0,08	0,04	1,60	7,06
Nesaldinta arbata	17 -1/21	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>2,9</b>	<b>4,42</b>	<b>28,15</b>	<b>187,21</b>

**10:30val.**

Pieniškasis (pienas 2,5%) braškių	2017-01-01	150	3,21	2,01	16,84	99,86
-----------------------------------	------------	-----	------	------	-------	-------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/21AT1	100	1,81	4,26	9,7	84,36
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Virti makaronai su malta jautiena (tausojantis)	11-5/101T	140	13,26	8,18	29,41	249,32
Daržovių rinkinukas (augalinis)(2 rūšių daržovės)	D006	90	0,86	0,18	4,87	24,52
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>17,53</b>	<b>14,44</b>	<b>52,70</b>	<b>415,84</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)(90/10)	8-8/164 T	100	12,38	14,59	5,53	202,95
Duona su saulėgrąžomis	18-10	25	1,80	1,57	11,00	35,75
Švieži agurkai	18/22 1	50	0,40	0,10	1,15	7,10
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>14,58</b>	<b>16,26</b>	<b>17,68</b>	<b>245,80</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38,22</b>	<b>37,13</b>	<b>115,37</b>	<b>948,71</b>



3 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių košė su džiovintais abrikosais (augalinis)(tausojantis)	3-3/57AT	150	2,21	3,31	25,84	145,80
Trinta varškė su uogomis	15-1/8	70	9,64	5,37	6,05	110,59
Nesaldinta arbata	17 -1/21	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>2,21</b>	<b>3,31</b>	<b>31,89</b>	<b>256,39</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/21 1	180	1,26	0,36	32,40	124,20
--------------------	---------	-----	------	------	-------	--------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/36AT	100	1,82	2,70	6,77	58,66
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Viso grūdo batono skrebučiai	18/18 1	10	1,1	1,53	6,78	45,85
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis) (48/27)	11-5/102 T1	75	13,3	7,69	3,53	136,57
Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	3-3/53AT	50	3,08	0,72	16,84	86,31
Lapinės salotos su pomidorais, agurkais ir alyvuogių aliejaus padažu (augalinis) (tausojantis)	2-1/26A	70	1,06	6,91	2,87	74,6
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>20,48</b>	<b>21,05</b>	<b>36,95</b>	<b>416,59</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai	2001-01-01	150	3,31	2,29	6,27	61,60
Orkaitėje keptos bulvės (augalinis)(tausojantis)	4-8/163AT	100	2,28	5,07	22,34	138,8
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>5,59</b>	<b>7,36</b>	<b>28,61</b>	<b>200,40</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>29,54</b>	<b>32,08</b>	<b>129,85</b>	<b>997,58</b>



3 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis)	3-3/31AT	150	4,29	5,87	24,75	169,01
Sezoninės uogos	18/21 2	50	0,35	0,15	7,25	28,5
Nesaldinta arbata	17 -1/21	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>4,29</b>	<b>5,87</b>	<b>32</b>	<b>197,51</b>

**10:30val.**

Sezoniniai vaisiai	18/21 1	180	<b>1,62</b>	<b>0,72</b>	<b>21,06</b>	<b>88,20</b>
--------------------	---------	-----	-------------	-------------	--------------	--------------

**Pietūs 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38AT1	100	2,49	3,4	13,82	95,86
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Troškintas vištienos šlaunelių mėsos maltinukas su kopūstais, morkomis ir ryžiais (tausojantis)	10-8/178T	60	11,62	2,27	4,19	92,59
Virtos bulvės	4-3/65AT6	70	1,44	0,07	13,19	59,19
Daržovių rinkinukas (augalinis)(2 rūšių daržovės)	D006	90	0,94	0,13	3,60	19,39
Vanduo		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>18,09</b>	<b>7,69</b>	<b>43,52</b>	<b>324,67</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	7-8/169T2	110	16,55	9,42	22,90	231,36
Aviečių ir bananų tyrė (augalinis)	15-1/9A	25	0,29	0,12	5,06	22,40
Nesaldintas jogurtas	18/2 4	20	0,94	0,50	0,90	11,86
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>17,78</b>	<b>10,04</b>	<b>27,96</b>	<b>265,62</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,78</b>	<b>24,32</b>	<b>124,54</b>	<b>876,00</b>