



Kauno lopšelis-darželis „Šilinkas“

Pašilės g. 34, Kaunas
(Istaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

Darželis (4-7 m.)

Istaigos darbo laikas nuo 7.00 iki 19.00 val.
Pradėtas naudoti nuo 2024m. balandžio 2 d.

1 savaitė
Pirmadienis



Patvirtino:
Direktore

Vytautė Senkoviene

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kvietinių kruopų košė su migdolų drožlėmis ir braškėmis (tausojantis)	33844	200/5/13	8,36	8,44	41,03	273,47
Vaisiai (melionai)	37274	100	0,40	0,00	6,10	26,00
Nesaldinta kmynų arbata	26794	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			8,86	8,51	47,38	301,52

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su lęšiais (tausojantis) (augalinis)	70648	135/15	5,11	1,44	17,63	103,91
Plikytų ryžių plovai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	33556	70/130	16,20	15,55	33,78	339,85
Šviežių agurkų salotos su krapais	77243	120	0,83	5,47	3,29	65,70
Švieži pomidorai	23098	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			22,67	22,67	57,94	526,46

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėtukai (9 proc. riebi) (tausojantis)	20277	145	18,89	8,58	41,34	318,11
Natūralus jogurtas iki 3 proc. riebi	25299	20	0,74	0,60	1,02	12,44
Trintos uogos (braškės)	25300	30	0,21	0,12	4,61	20,34
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			19,84	9,30	46,97	350,92
Iš viso dienai:			51,37	40,47	152,29	1178,91

1 savaitė
Antradienis



Patvirtino:
Direktore

vytautė Senkovičienė

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška perlinių kruopų košė (tausojantis)	17619	200	6,40	5,82	36,64	224,55
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	9581	15	4,01	3,12	0,06	44,34
Vaisiai (melionai)	37274	100	0,40	0,00	6,10	26,00
Nesaldinta vaistažolių arbata	595	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,81	8,94	42,80	294,90

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	70647	150	4,17	2,25	15,78	100,04
Pilno grūdo ruginė duona	720	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Lašišos file kotletai (tausojantis)	22453	80	18,09	12,75	9,93	226,78
Bulvių košė (tausojantis)	23101	80	1,79	3,28	15,16	97,25
Daržovių lazdelės (cukinija, paprika, morka)	26937	110	1,14	0,13	8,32	39,03
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			26,20	18,67	59,72	511,77

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių pyragas	5914	100	7,24	9,95	33,75	253,52
Pienas (2,5 proc. rieb.)	12556	200	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			12,84	14,95	43,15	358,52
Iš viso dienai:			49,85	42,56	145,68	1165,19

1 savaitė
Trečiadienis



Patvirtino:
Direktorė
Vytautė Senkovičienė

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė	33845	200	7,18	6,94	36,22	236,02
Vaisius (vynuogės)	67257	100	0,81	0,23	20,70	88,09
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,99	7,17	56,92	324,14

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	70646	150	2,58	4,24	22,05	136,68
Kepti kalakutienos filė maltinukai su varške (9 proc. rieb.) ir cukinija (tausojantis)	20112	60/33/17	21,77	3,61	2,23	128,51
Virti griekiai (tausojantis)	23100	80	3,78	0,93	20,79	106,65
Burokėlių ir žirnelių salotos	77244	110	2,84	5,19	12,78	109,13
Švieži agurkai	23099	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			31,36	13,98	59,59	489,57

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	20278	110	18,89	14,44	25,13	306,02
Trintos uogos (braškės)	25300	30	0,21	0,12	4,61	20,34
Liofilizuotos braškės	51150	25	1,90	0,93	12,65	66,53
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			21,00	15,49	42,38	392,91
Iš viso dienai:			60,35	36,63	158,89	1206,63

1 savaitė
Ketvirtadienis



Dirbanti: Vytautė Senkovičienė

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška grikių kruopų košė (tausojantis)	33846	200	7,93	6,68	34,98	231,70
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.), varškės sūriu (22 proc. rieb.) ir pomidorais (tausojantis)	18243	25/3/2 2/15	6,56	7,69	14,00	151,39
Nesaldinta kmynų arbata	26794	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			14,59	14,43	49,22	385,14
Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Cukinių sriuba (augalinis) (tausojantis)	5114	150	1,12	3,62	4,88	56,62
Pilno grūdo ruginė duona	720	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Maltas vištienos filė kepsnys (tausojantis)	40249	80	19,27	9,98	4,73	185,84
Žiedinių kopūstų ir plikytų ryžių troškinys su grietine (30-35 proc. rieb.) (tausojantis)	23102	70/30	3,36	2,98	24,97	140,09
Pomidorų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	23103	90	0,71	5,25	3,81	65,36
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			25,48	22,11	48,93	496,59

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	5188	111/9	13,87	13,69	7,07	207,01
Pilno grūdo ruginė duona	720	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Marinuoti agurkėliai	23108	30	0,24	0,06	0,83	4,80
Vaisiai (bananai)	54384	80	0,80	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			15,90	14,33	36,82	339,86
Iš viso dienai:			55,96	50,87	134,97	1221,59

1 savaitė
Penktadienis



Patvirtino:
Direktore
Vytautė Senkavičienė

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	7711	200/5	8,00	8,85	35,81	254,91
Vaisiai (kiviai)	67258	120	1,08	0,48	17,76	79,68
Nesaldinta kmynų arbata	26794	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			9,18	9,40	53,82	336,64

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	70649	150	1,22	1,40	8,28	50,66
Pilno grūdo ruginė duona	365	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Bulvių plokštainis su kiaulienos kumpiu	25297	155/65	17,85	9,39	39,18	312,65
Grietinė 30 proc. rieb.	23670	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Daržovių lazdelės (cukinija, paprika, morka)	26937	110	1,14	0,13	8,32	39,03
Agurkų lazdelės	26938	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			22,54	15,83	73,51	526,62

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta varškė (9 proc. rieb.) su kefyru (2,5 proc. rieb.) paskaninta bananais ir uogomis	20279	75/40/ 50/25	14,48	8,05	16,15	194,97
Skrebučiai (batono)	25301	40	3,20	0,92	21,36	106,52
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			17,68	8,97	37,51	301,52
Iš viso dienai:			49,40	34,20	164,84	1164,78

Patvirtino:

Direktorė



2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	33848	200	4,64	6,96	36,93	228,84
Vaisius (bananai)	68957	80	0,80	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			5,44	7,28	55,65	309,83

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba su skrebučiais (tausojantis)	70650	150/15	2,41	6,57	14,92	128,43
Orkaitėje kepti jautienos kumpio maltiniai (tausojantis)	33557	70	15,83	9,47	4,82	167,87
Virti griekiai (tausojantis)	23104	90	4,41	1,09	24,26	124,43
Kopūstų, porų ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi	77245	120	1,34	3,30	7,09	63,41
Rinkinukas (paprikos, agurkai)	15549	150	1,20	0,15	7,13	34,65
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			25,22	20,59	58,55	520,39

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Viso grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	9937	183/32	14,57	10,78	35,28	296,47
Konservuoti agurkai	26942	40	0,24	0,00	0,96	4,80
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių /žolelių arbata	26797	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			14,81	10,79	36,24	301,29
Iš viso dienai:			45,47	38,65	150,44	1131,51

2 savaitė
Antradienis

Patvirtino:
Direktore



Vytautė Senkoviienė

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su cinamonu (tausojantis)	3110	200/1	6,34	6,02	39,50	237,56
Vaisius (obuoliai)	67260	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			6,95	6,02	54,35	299,39

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su lęšiais (tausojantis) (augalinis)	70648	135/15	5,11	1,44	17,63	103,91
Grietinėleje (30-36 proc. rieb.) troškinta vištienos filė su morkomis (tausojantis)	40250	70/15/ 35	16,52	8,18	4,07	155,95
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	23105	90	3,28	1,98	30,16	151,58
Kopūstų, porų ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi	77245	120	1,34	3,30	7,09	63,41
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			26,28	14,91	59,29	476,46

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	11236	150	18,38	11,21	24,23	271,32
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	25299	20	0,74	0,60	1,02	12,44
Uogienė (braškių, vyšnių, aviečių)	23671	15	0,03	0,00	9,33	37,44
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			19,15	11,81	34,58	321,24
Iš viso dienai:			52,38	32,74	148,22	1097,09

2 savaitė
Trečiadienis



Directorius: Vytautė Senkovičienė

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	5188	111/9	13,87	13,69	7,07	207,01
Pilno grūdo ruginė duona	720	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Vaisius (vynuogės)	67257	100	0,81	0,23	20,70	88,09
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			15,66	14,18	37,97	342,19

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	70651	150	0,95	3,04	8,17	63,84
Pilno grūdo ruginė duona	720	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Grikių ir jautienos kumpio troškiny (tausojantis)	33562	90/70	21,38	7,09	38,14	301,93
Aisbergo salotų, pomidorų ir agurkų salotos su grietine (30 proc. rieb.)	77246	150	1,46	2,34	5,67	49,55
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			24,82	12,74	62,53	464,00

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtos pieniškos a.r. kiaulienos dešrelės (tausojantis)	40254	60	7,80	10,80	1,80	135,60
Pilno grūdo ruginė duona	365	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Burokėlių salotos	77250	100	1,51	3,74	9,08	75,97
Vaisius (obuoliai)	67260	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta kėlynų arbata	26794	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			11,48	15,00	41,27	346,00
Iš viso dienai:			51,96	41,92	141,77	1152,20

2 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška ilgagrūdžių ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir trintomis braškėmis (tausojantis)	33849	200/6/15	6,19	7,36	44,11	267,46
Vaisiai (melionai)	37274	100	0,40	0,00	6,10	26,00
Vaisiai (šilauogės)	68798	70	0,49	0,21	8,05	36,05
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,08	7,57	58,27	329,55

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Zirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	70652	150	7,34	2,30	21,91	137,69
Keptos vištienos šlaunelės (tausojantis)	40251	80	19,15	10,95	0,48	177,13
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės ir morkų lazdelės (augalinis) (tausojantis)	26939	140/60	3,82	6,21	34,28	208,28
Rinkinukas (pomidorai-agurkai-paprika)	23106	60	0,52	0,12	3,06	15,40
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			30,87	19,59	60,08	540,11

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	11086	120	16,38	7,65	32,06	262,54
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	25299	20	0,74	0,60	1,02	12,44
Trintos uogos (braškės)	25300	30	0,21	0,12	4,61	20,34
Nesaldinta kminų arbata	26794	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			17,43	8,44	37,93	297,37
Iš viso dienai:			55,38	35,60	156,27	1167,03

2 savaitė
Penktadienis

Patvirtino:

Vytautė Senkoviene



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių kruopų košė su cinamonu (tausojantis)	33850	200	6,94	8,78	29,37	224,23
Vaisius (vynuogės)	67257	100	0,81	0,23	20,70	88,09
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,74	9,01	50,07	312,36

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	70653	120/30	8,37	4,32	21,99	160,26
Orkaitėje kepti jūros lydekų - lašišos filė maltinukai (tausojantis)	22454	44/36	15,91	11,68	5,20	189,56
Virtos bulvės (tausojantis)	567	70	1,50	0,08	14,78	65,78
Burokėlių salotos su obuoliais, porais ir aliejumi	77247	100	1,87	6,12	12,28	111,74
Morkų lazdelės	22552	30	0,30	0,03	3,12	13,95
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			27,98	22,24	57,71	542,89

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti pilno grūdo makaronai su varške (9 proc. rieb.) ir braškėmis (tausojantis)	19442	60/40/ 25	13,52	4,78	40,69	259,84
Batonas su tepamu sūreliu 50 proc. rieb.	18244	30/20	4,32	5,13	17,30	132,65
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			17,84	9,91	57,99	392,52
Iš viso dienai:			53,57	41,16	165,77	1247,77

3 savaitė
Ketvirtadienis

Patvirtino:
Direktore
Vytautė Senkovičienė
ŠILINUKAS
KALINAS

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška perlinių kruopų košė (tausojantis)	17619	200	6,40	5,82	36,64	224,55
Vaisius (vynuogės)	67257	100	0,81	0,23	20,70	88,09
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,21	6,05	57,34	312,67

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	70655	150	1,07	3,05	7,55	61,92
Apkepas su lašišos filė (tausojantis)	22455	70/60	16,05	12,90	9,29	217,39
Virti ryžiai (plikyti) (tausojantis)	2168	90	2,08	4,20	18,89	121,66
Burokėlių ir žirnelių salotos	77244	110	2,84	5,19	12,78	109,13
Traškios agurkų lazdelės	26941	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			22,28	25,34	49,69	515,91

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška viso grūdo makaronų sriuba (tausojantis)	36856	200	6,44	6,57	18,59	159,25
Bandelės	19810	60	5,34	6,12	32,04	204,60
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			11,78	12,69	50,64	363,88
Iš viso dienai:			41,27	44,08	157,67	1192,46

3 savaitė
Penktadienis

Direktorius: Martino:

Vytautė Senkovičienė



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (82 rieb. proc.) (tausojantis)	33851	200/8	7,24	9,34	38,15	265,62
Vaisius (kriaušės)	67261	120	0,36	0,48	18,12	78,24
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,60	9,82	56,27	343,89

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	70647	150	4,17	2,25	15,78	100,04
Pilno grūdo ruginė duona	720	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Kapotos vištienos krūtinėlės file apkepas (tausojantis)	40253	90	17,63	7,03	4,00	149,79
Virti griekiai (tausojantis)	23100	80	3,78	0,93	20,79	106,65
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	77249	75	0,73	5,15	4,25	66,31
Agurkų lazdelės	26938	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Vanduo su citrina	2944	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			27,75	15,63	57,04	479,85

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai įdaryti bananais	19444	80/50	6,29	10,91	41,38	288,89
Natūralus jogurtas (iki 3 proc. rieb.) su trintomis braškėmis	23673	20/10	0,51	0,38	1,59	11,82
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			6,80	11,30	42,97	300,75
Iš viso dienai:			42,15	36,75	156,28	1124,49