

Tvirtinu: Direktoriė Stasė Šešėikienė



Panevėžio lopšelis-darželis „Kastytis“, Nemuno g. 5,
LT-36234 Panevėžys

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės
globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios
apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

1-3; 4-7 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Valgiaraščio vaikų maitinimo amžių grupės sudarytos vadovaujantis
"Dėl Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo", IV
skyrius punktas 32,2 ir V skyrius, punktas 35

Naudojamas nuo 2026-10-12

Įstaigos darbo laikas:

Nuo 7.15 iki 18.03 val.

1-3 m.
1 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu	3	150	4.78	5.43	26.23	172.91
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.00
Plėšomo sūrio lazdelės		20	0.06	0.00	14.92	60.00
Iš viso:			5.24	5.83	54.15	289.91

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su mėsos kukuliais	13	100	3.48	7.76	9.28	129.92
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Keptas kiaulienos maltinis-t.	68	85	14.92	3.79	2.12	102.27
Ryžių kruopų košė (tausojuantis)(augalinis)	2-88	80	1.89	0.27	19.28	79.21
Švž. kopūstų salotos su morkomis ir citrinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-06	80/5	1.16	4.01	4.30	56.47
Vanduo su citrina		100	0.07	0.00	1.06	4.52
Iš viso:			23.72	16.33	48.84	436.99

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su lydytu sūriu	44	71	8.26	9.38	3.98	133.38
Duona su sviestu	5	34	1.86	4.45	11.88	95.01
Švieži pomidorai		50	0.30	0.00	1.20	6.00
Kakavos ir pieno gėrimas	14-34	150	3.76	3.29	6.27	69.84
Iš viso:			14.18	17.12	23.33	304.23
Iš viso (dienos davinio):			43.14	39.28	126.32	1031.14

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
1 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė	3	150	4.78	5.43	26.23	172.91
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Plėšomo sūrio dešrelės		20	0.06	0.00	14.92	60.00
Iš viso:			5.24	5.83	54.15	290.11

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su mėsos kukuliais	13	150	4.87	10.84	13.19	169.80
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Keptas kiaulienos maltinis-t.	68	92	22.20	5.62	3.08	151.70
Ryžių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	2-88	80	1.89	0.27	19.28	79.21
Švž. kopūstų salotos su morkomis ir citrinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-07	100/10	1.35	5.03	6.26	73.54
Vanduo su citrina	1	120	0.10	0.00	1.42	6.08
Iš viso:			32.61	22.26	56.03	544.93

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su lydytu sūriu	44	79	9.06	11.07	4.95	155.67
Duona su sviestu	5	34	1.86	4.45	11.88	95.01
Švieži pomidorai		50	0.30	0.00	1.20	6.00
Kakavos ir pieno gėrimas	14-35	200	4.65	4.06	7.73	86.19
Iš viso:			15.87	19.58	25.76	342.87
Iš viso (dienos davinio):			53.72	47.67	135.93	1177.91

33.55
137.19

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
1 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė su sviestu	10	150	5.15	6.33	24.17	175.87
Liofilizuoti vaisiai		15	0.35	0.00	9.84	40.76
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai		80	0.30	0.40	13.00	57.00
Iš viso:			5.80	6.73	47.01	273.63

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žalių žirnelių sriuba	34	100	1.66	3.96	6.50	68.28
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Vištienos filė troškinyje-T	38	80	9.41	14.96	3.04	184.44
Virtos bulvės	55	60	1.10	0.10	11.30	50.50
Morkų ir obuolių salotos su citrinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-97	50/5	0.46	2.04	5.79	42.09
Marinuoti agurkai	4-21	30	0.30	0.12	2.31	11.52
Vanduo	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.13	21.68	41.74	421.43

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tradiciniai varškės virtinukai (tausojančias)	6-8	100	16.25	8.02	22.42	228.33
Sviesto-grietinės padažas	17	15	0.25	8.18	0.28	75.74
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninis vaisius (obuolys)	16-05	80	0.32	0.00	7.87	31.80
Iš viso:			0.57	8.18	8.15	304.07
Iš viso (dienos davinio):			21.49	36.59	96.90	999.13

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
1 savaitė
Antradienis

Tvirtinu:  Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė su sviestu	10	200	6.95	8.18	30.56	233.73
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Liofilizuoti vaisiai		15	0.35	0.00	9.84	40.76
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.70	8.58	53.40	331.69

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žalių žirnelių sriuba	34	150	2.42	4.10	7.61	77.02
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Vištienos filė troškiny (tausojantis)	38	140	11.90	18.88	4.32	234.48
Virtos bulvės	55	80	1.15	0.10	13.00	57.00
Morkų ir obuolių salotos su citrinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-98	80/7	0.69	3.06	9.31	65.76
Marinuoti agurkai	4-21	30	0.30	0.12	2.31	11.52
Vanduo	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			18.66	26.76	49.35	510.38

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tradiciniai varškės virtinukai (tausojantis)	6-8	100	16.25	8.02	22.42	228.33
Sviesto-grietinės padažas	17	20	0.34	10.73	0.38	99.45
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninis vaisius (obuolys)	16-06	100	0.40	0.00	9.90	40.00
Iš viso:			16.99	18.75	32.70	367.78
Iš viso (dienos davinio):			43.35	54.09	135.46	1209.85

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
1 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė	70	93	10.91	16.08	4.55	206.56
Trapučiai		10	0.08	0.09	7.20	30.00
Vaisiai		45	0.03	0.03	10.40	46.00
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.02	16.20	22.15	282.56

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba	4	100	1.05	2.02	5.05	42.58
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Kepta žuvis gabale-T.	51	70	12.05	14.23	1.76	183.23
Birūs ryžiai	3	54	1.32	0.94	14.55	71.94
Burokėlių salotos su aliejumi	4	60	0.72	3.00	4.53	48.00
Šviežias agurkas		30	0.21	0.00	0.84	4.20
Vanduo su melionais	1	100	0.09	0.00	2.27	9.44
Iš viso:			17.64	20.69	41.80	423.99

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos bulvės apkeptos konvekciniėje krosnyje (tausojantis)	3-03/1	100	2.28	3.14	22.17	120.19
Grietinė		20	0.52	6.00	0.54	58.24
Kefyras		100	2.80	3.20	4.10	56.40
Vaisiai		80	0.30	0.40	13.00	57.00
Iš viso:			5.90	12.34	39.81	291.83
Iš viso (dienos davinio):			34.56	49.23	103.76	998.38

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
1 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu:  Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė	70	123	14.51	21.23	6.00	273.11
Trapučiai		10	0.08	0.09	7.20	30.00
Vaisiai		60	0.30	0.30	10.40	46.00
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			14.89	21.62	23.60	349.11

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis)	4	150	1.34	3.03	6.86	60.07
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Kepta žuvis gabale (tausojantis)	51	93	16.00	17.65	2.62	233.33
Birūs ryžiai	3	72	1.74	1.80	19.15	99.76
Burokėlių salotos su aliejumi	4	80	0.96	4.00	6.51	65.88
Šviežias agurkas		30	0.21	0.00	0.84	4.20
Vanduo su melionais		150	0.60	0.00	0.60	4.80
Iš viso:			24.28	28.15	49.45	548.34

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos bulvės apkeptos konvekciniame krosnyje (augalinis)	3-03/2	150	3.34	3.20	32.61	164.18
Grietinė		20	0.52	6.00	0.54	58.24
Kefyras		150	5.10	3.80	7.40	84.00
Vaisiai		80	0.30	0.40	13.00	57.00
Iš viso:			9.26	13.40	53.55	363.42
Iš viso (dienos davinio):			48.43	63.17	126.60	1260.87

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
1 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu	5	150	5.21	4.74	27.00	172.00
Sūrio lazdelė		20	0.06	0.00	14.92	60.00
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			5.67	5.14	54.92	289.20

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta raudonųjų lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-16;	100	4.32	2.22	13.55	87.72
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Orkaitėje keptas vištienos filė maltinis (tausojantis)	9-77	60	17.09	4.26	4.40	124.38
Grikių kruopų košė skaninta sviestu (tausojantis)	2-101	80/2	2.93	1.63	18.83	101.56
Aisbergo salotos su aliejumi	33	56	0.59	2.00	2.42	30.04
2-ių rūšių daržovės (raug.agurkai, paprika)	4-143	30	0.56	0.03	1.20	6.66
Vanduo su apelsinai	1	100	0.11	0.00	1.87	7.92
Iš viso:			27.79	10.64	55.08	422.88

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai su obuoliais	29	113	5.47	10.04	30.85	235.64
Trintos uogos		20	2.24	0.00	1.10	13.36
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai		45	0.03	0.03	10.40	46.00
Iš viso:			7.74	10.07	42.35	295.00
Iš viso (dienos davinio):			41.20	25.85	152.35	1007.08

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
1 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorė

Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu	5	150	5.21	4.74	27.00	172.00
Sūrio lazdelė		20	0.06	0.00	14.92	60.00
Vaisiai		150	0.40	0.40	13.00	87.20
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			5.67	5.14	54.92	319.20

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta raudonųjų lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-17	150	5.55	1.78	16.99	101.43
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Orkaitėje keptas vištienos filė maltinis (tausojantis)	9-78	80	24.29	4.96	5.77	165.00
Grikių kruopų košė skaninta sviestu (tausojantis)	2-101	80/2	2.93	1.63	18.83	101.56
Aisbergo salotos su aliejumi	33	80	0.81	3.00	3.91	88.79
2-ių rūšių daržovės (raug.agurkai, paprika)	4-143	30	0.56	0.03	1.20	6.66
Vanduo su apelsinais		150	0.14	0.00	2.42	10.24
Iš viso:			36.48	11.90	61.92	538.27

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai su obuoliais	29	152	7.30	13.74	39.27	309.94
Trintos uogos		20	2.24	0.00	1.10	13.36
Arbata be cukraus	7	150	0.46	0.33	3.15	17.41
Vaisiai		60	0.30	0.30	10.40	46.00
Iš viso:			10.30	14.37	53.92	386.71
Iš viso (dienos davinio):			52.45	31.41	170.76	1244.18

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
1 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorė

Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su sviestu	14	150	5.27	3.56	28.00	165.12
Braškių uogienė		15	0.06	0.00	10.20	41.10
Viso grūdo batono sumuštinis su sviestu ir varškės sūriu	16-59	22/5/12	4.47	7.18	12.07	131.70
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.80	10.74	50.27	314.99

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba	2	100	0.84	3.92	5.95	75.34
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Netikri balandėliai-T.	91	114	7.80	7.72	4.03	116.80
Sviesto-grietinės padažas	17	15	0.25	8.18	0.28	75.74
Bulvių košė su sviestu	2	60	0.92	1.84	6.56	46.00
Švieži agurkai		30	0.21	0.00	0.84	4.20
Morkų lazdelės		20	0.20	0.02	2.08	9.00
Vanduo		100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			12.42	22.18	32.54	391.68

462.92

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojanris)	6-19;	80	14.16	9.61	17.75	194.03
Grietinės padažas	17	20	0.49	5.70	1.51	59.30
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			15.05	15.71	32.26	310.53
Iš viso (dienos davinio):			37.27	48.63	115.07	1017.20

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
1 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorė

Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su sviestu	14	200	7.02	5.01	37.30	222.37
Braškių uogienė		20	0.08	0.00	13.50	54.80
Viso grūdo batono sumuštinis su sviestu ir varškės sūriu	16-59	22/5/12	4.47	7.18	12.07	131.70
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.57	12.19	62.87	393.99

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba	2	150	1.08	5.22	7.72	82.27
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Netikri balandėliai-tausoj.	91	114	10.50	12.23	5.02	172.16
Sviesto-grietinės padažas	17	20	0.34	10.73	0.38	99.45
Bulvių košė su sviestu	2	80	1.14	2.13	8.51	57.00
Šviežias agurkas		50	0.21	0.00	1.10	5.62
Morkų lazdelės	4-336	20	0.20	0.02	2.08	9.00
Vanduo su melionais		150	0.60	0.00	0.60	4.80
Iš viso:			16.27	30.83	38.21	494.90

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojanris)	6-20	120	20.28	13.25	27.46	313.45
Grietinės padažas	17	20	0.49	5.70	1.51	59.30
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			21.17	19.35	41.97	372.75
Iš viso (dienos davinio):			49.02	62.37	143.06	1261.64

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
2 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktore Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė su sviestu	3	150	3.10	3.93	23.41	141.41
Trintos uogos		15	0.20	0.08	2.71	11.41
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninis vaisius (bananas)	16-21	100	1.20	0.30	23.10	97.00
Iš viso:			4.50	4.31	49.22	249.82

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais	6	100	1.75	5.03	11.41	87.91
Ruginė duona		20	1.52	0.18	10.38	50.20
Orkaitėje keptas kiaulienos-jautienos mėsos maltinis (tausojantis)	11-6	60	14.42	7.35	4.64	142.98
Grikių kruopų košė skaninta sviestu (tausojantis)	2-101	80/2	2.93	1.63	18.83	101.56
Švž. kopūstų salotos su morkomis ir citrinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-06	80/5	1.16	4.01	4.30	56.47
Vanduo	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.78	18.20	49.57	439.11

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	6-13	100	17.15	9.70	11.97	205.35
Grietinės padažas	17	20	0.49	5.70	1.51	59.30
Trintos uogos		15	0.24	0.00	1.10	5.26
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninis vaisius (obuolys)	16-05	80	0.32	0.00	7.87	31.80
Iš viso:			17.88	15.40	14.58	301.71
Iš viso (dienos davinio):			44.16	37.91	113.36	990.64

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
2 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė su sviestu	10	200	6.95	8.18	30.56	233.73
Trintos uogos		20	0.20	0.08	2.71	11.41
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninis vaisius (bananas)		100	1.20	0.30	23.10	97.00
Iš viso:			8.35	8.56	56.37	342.14

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais	19	150	2.36	3.45	16.13	105.00
Ruginė duona		30	2.20	0.50	11.80	64.60
Orkaitėje keptas kiaulienos-jautienos mėsos maltinis (tausojantis)	11-7	80	20.36	9.24	5.57	187.61
Grikių kruopų košė skaninta sviestu (tausojantis)	2-101	80/2	2.93	1.63	18.83	101.56
Švž. kopūstų salotos su morkomis ir citrinų-aliejaus užpilu (augalinis)	4-06	80/5	1.16	4.01	4.30	56.47
Vanduo	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			29.01	18.83	56.64	515.23

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	6-12	150	24.15	13.67	17.74	292.75
Grietinės padažas	17	20	0.49	5.70	1.51	59.30
Trintos uogos		20	2.24	0.00	1.10	8.36
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninis vaisius (obuolys)	16-05	80	0.32	0.00	7.87	31.80
Iš viso:			27.20	19.37	28.22	392.21
Iš viso (dienos davinio):			64.56	46.75	141.22	1249.58

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
2 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė	70	93	10.91	16.08	4.55	206.56
Trapučiai		10	0.08	0.09	7.20	30.00
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai	1	45	0.30	0.30	10.40	46.00
Iš viso:			11.29	16.47	22.15	282.56

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba	24	100	1.31	3.28	5.50	48.02
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Bulvių plokštainis-T.	8	144	6.13	9.06	22.36	195.50
Sviesto-grietinės padažas	17	20	0.34	10.73	0.38	99.45
Šviežias agurkas		30	0.21	0.00	0.84	4.20
Švž. paprikų lazdelės	4-52	30	0.27	0.06	2.01	8.40
Vanduo su citrina	1	120	0.10	0.00	1.42	6.08
Iš viso:			10.56	23.63	45.31	426.25

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su lyd. sūriu, sviestu	16	125	8.15	6.30	18.36	162.74
Pomidorų padažas		10	0.10	0.00	1.90	8.00
Sezoninis vaisius (bananas)	16-21	100	1.20	0.30	23.10	97.00
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.25	6.30	20.26	267.74
Iš viso (dienos davinio):			30.10	46.40	87.72	976.55

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
2 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorė

Stasė Šešeikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė	70	123	14.51	21.23	6.00	273.11
Trapučiai		10	0.08	0.09	7.20	30.00
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai		60	0.30	0.30	10.40	46.00
Iš viso:			14.89	21.62	23.60	349.11

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba	24	150	1.77	4.73	7.40	79.25
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Bulvių plokštainis-tausoj.	8	191	8.08	11.62	29.81	256.14
Sviesto-grietinės padažas	17	20	0.34	10.73	0.38	99.45
Šviežias agurkas		30	0.21	0.00	0.84	4.20
Švž. paprikų lazdelės	4-52	30	0.27	0.06	2.01	8.40
Vanduo su citrina	1	120	0.10	0.00	1.42	6.08
Iš viso:			12.97	27.64	54.66	518.12

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su sūriu lyd.	16	150	10.50	8.30	24.72	215.58
Pomidorų padažas		10	0.10	0.00	1.90	8.00
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninis vaisius (bananas)		100	1.20	0.30	23.10	97.00
Iš viso:			11.80	8.60	49.72	320.58
Iš viso (dienos davinio):			39.66	57.86	127.98	1187.81

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
2 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu:  Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas omletas	44	67	4.47	6.46	6.31	101.26
Ruginė duona su sviestu	5	34	1.86	4.45	11.88	95.01
Konservuoti žali žirneliai		30	0.99	0.06	2.27	13.58
Jogurtas		125	2.10	7.20	1.30	53.00
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.42	18.17	21.76	262.85

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba-A.	4	100	1.05	2.02	5.05	42.58
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Keptas žuvies maltinis-T.	51	70	12.05	14.23	1.76	183.23
Bulvių košė su sviestu	2	60	0.92	1.84	6.56	46.00
Burokėlių salotos su aliejumi	32	62	0.72	4.00	4.53	57.00
Vanduo		100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			16.94	22.59	30.70	393.41

Vakarienė 17.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tradiciniai varškės virtinukai (tausojančias)	6-8	100	16.25	8.02	22.42	228.33
Sviesto-grietinės padažas	17	15	0.25	8.18	0.28	75.74
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninis vaisius (obuolys)	16-05	80	0.32	0.00	7.87	31.80
Iš viso:			16.50	16.20	22.70	304.07
Iš viso (dienos davinio):			42.86	56.96	75.16	960.33

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
2 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorė

Stasė Šešėkienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas omletas	44	89	5.98	8.68	8.20	204.58
Ruginė duona su sviestu	5	34	1.86	4.45	11.88	95.01
Kon.žali žirneliai		30	0.99	0.06	2.27	13.58
Jogurtas		125	2.10	7.20	1.30	53.00
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.93	20.39	23.65	366.17

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba - A.	4	150	1.34	3.03	6.86	60.07
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Keptas žuvies maltinis-T.	51	94	16.00	17.65	2.62	233.33
Bulvių košė su sviestu	2	80	1.14	2.13	8.51	57.00
Burokėlių salotos su aliej.	32	90	0.90	5.00	5.65	71.20
Vanduo		150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.58	28.31	36.44	486.20

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tradiciniai varškės virtinukai (tausojantis)	6-8	100	16.25	8.02	22.42	228.33
Sviesto-grietinės padažas	17	20	0.34	10.73	0.38	99.45
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninis vaisius (obuolys)		80	0.32	0.00	7.87	31.80
Iš viso:			16.91	18.75	30.67	359.58
Iš viso (dienos davinio):			49.42	67.45	90.76	1211.95

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
2 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorė

Stasė Šešeikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu	5	150	5.21	4.74	27.00	172.00
Pienas		100	2.80	2.50	4.70	52.50
Vaisiai		150	0.60	0.60	19.00	83.80
Iš viso:			8.61	7.84	50.70	308.30

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Baltų pupelių sriuba - A.	3	100	2.73	2.22	8.10	63.30
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Kepti vištienos filė maltiniai-T.	32	66	8.21	12.00	2.17	149.52
Ryžių kruopų košė (tausojančios)(augalinis)	2-88	80	1.89	0.27	19.28	79.21
Švieži agurkai		40	0.28	0.00	1.12	5.60
Troškintos morkos	86	43	0.68	3.00	3.24	42.63
Vanduo		100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.99	17.99	46.71	404.86

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės kukuliai	98	107	11.53	13.02	18.12	235.78
Sviesto-grietinės padažas	17	15	0.25	8.18	0.28	75.74
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.78	21.20	18.40	311.52
Iš viso (dienos davinio):			36.38	47.03	115.81	1024.68

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
2 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorė

Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu	5	200	7.00	6.20	36.00	227.80
Pienas		150	4.20	3.75	7.05	78.75
Vaisiai		150	0.60	0.60	19.00	83.80
Iš viso:			11.80	10.55	62.05	390.35

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Baltų pupelių sriuba - A.	3	150	3.76	3.37	12.07	93.65
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Kepti vištienos kumpeliai-T.	23	101	15.87	18.02	0.57	227.94
Ryžių kruopų košė (tausojojantis)(augalinis)	2-88	80	1.89	0.27	19.28	79.21
Švieži agurkai		40	0.28	0.00	1.12	5.60
Troškintos morkos	86	58	0.90	4.93	4.29	65.88
Vanduo		150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			24.90	27.09	50.13	536.88

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės kukuliai	98	142	15.28	17.21	24.77	315.09
Sviesto-grietinės padažas	17	20	0.21	0.00	0.84	4.20
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.49	17.21	25.61	319.29
Iš viso (dienos davinio):			52.19	54.85	137.79	1246.52

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
2 savaitė
Penktadienis

Tvirtinų: Direktorė

Stasė Šešėkienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su sviestu	14	150	5.27	3.56	28.00	165.12
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Sūrio lazdelė		20	0.06	0.00	14.92	60.00
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			5.73	3.96	55.92	282.32

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su mėsos kukuliais	35	100	4.98	4.54	8.01	90.87
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Plovas su kalakutienos šlaunelių mėsa-T.	106	138	5.47	8.81	22.42	190.85
Konservuotas agurkas		30	0.84	0.00	0.39	4.92
Švž. paprikų lazdelės	4-52	30	0.27	0.06	2.01	8.40
Vanduo su apelsinai		100	0.11	0.00	1.87	7.92
Iš viso:			13.87	13.91	47.50	367.56

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba	21	100	2.70	3.27	10.87	83.71
Ruginė duona su sviestu	5	34	1.86	4.45	11.88	95.01
Sezoninis vaisius (bananas)	16-21	100	1.20	0.30	23.10	97.00
Iš viso:			5.76	8.02	45.85	275.72
Iš viso (dienos davinio):			25.36	25.89	149.27	925.60

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
2 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorė

Stasė Šešelkienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su sviestu	14	200	7.02	5.01	37.30	222.37
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Sūrio lazdelė		20	0.06	0.00	14.92	60.00
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.48	5.41	65.22	339.57

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su mėsos kukuliais	14	150	6.64	6.05	10.69	120.25
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Plovas su kalakutienos šlaunelių mėsa - T.	106	188	7.33	10.74	30.23	246.90
Konservuotas agurkas		30	0.84	0.00	0.39	4.92
Švž. paprikų lazdelės	4-52	30	0.27	0.06	2.01	8.40
Vanduo su apelsiniais		150	0.00	0.00	1.00	4.00
Iš viso:			17.28	17.35	57.12	449.07

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba	21	150	3.64	4.65	14.74	115.37
Ruginė duona su sviestu	5	34	1.86	4.45	11.88	95.01
Sezoninis vaisius (bananas)	16-21	100	1.20	0.30	23.10	97.00
Iš viso:			6.70	9.40	49.72	307.38
Iš viso (dienos davinio):			31.46	32.16	172.06	1096.02

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
3 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktore

Stasė Šešeikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su sviestu	7	150	3.67	4.58	27.60	166.30
Karštas sumuštinis su sūriu	12	54	5.48	4.08	11.15	103.24
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai		80	0.32	0.00	7.87	31.80
Iš viso:			9.47	8.66	46.62	301.34

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba	5	100	3.48	7.76	9.29	120.92
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos mėsa (tausojojantis)	12-05	90/30	11.60	4.37	28.60	194.15
Natūralus jogurtas	13-41	30	1.32	1.17	1.41	21.60
Šviežias agurkas		30	0.21	0.00	0.84	4.20
Morkų lazdelės	4-337	30	0.30	0.03	3.12	13.50
Vanduo		100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.11	13.83	56.06	418.97

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai	64	104	6.00	9.84	21.90	200.16
Trintos uogos		15	0.24	0.00	1.10	5.26
Geriamas jogurtas		150	2.10	7.20	1.30	53.00
Iš viso:			8.34	17.04	24.30	258.42
Iš viso (dienos davinio):			36.92	39.53	126.98	978.73

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
3 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su sviestu	7	150	3.67	4.58	27.60	166.30
Karštas sumuštinis su sūriu	12	54	5.48	4.08	11.15	103.24
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai		120	0.48	0.00	7.32	31.20
Iš viso:			9.63	8.66	46.07	300.74

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba-A.	5	150	1.48	4.04	7.00	70.28
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos mėsa (tausojantis)	12-06	180/70	21.88	7.45	43.22	319.54
Natūralus jogurtas	13-41	30	1.32	1.17	1.41	21.60
Šviežias agurkas		30	0.21	0.00	0.84	4.20
Morkų lazdelės	4-337	30	0.30	0.03	3.12	13.50
Vanduo		150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			27.39	13.19	68.39	493.72

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai	64	135	13.71	13.08	29.29	292.20
Trintos uogos		20	2.24	0.00	1.10	13.36
Geriamas jogurtas		150	2.10	7.20	1.30	53.00
Iš viso:			18.05	20.28	31.69	358.56
Iš viso (dienos davinio):			55.07	42.13	146.15	1153.02

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
3 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorė

Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	7-01	1 vnt.	6.15	5.85	0.35	78.50
Ruginė duona su lyd. sūriu	8	48	6.44	8.23	11.88	147.35
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninis vaisius (bananas)	16-20	80	0.96	0.24	18.48	77.60
Iš viso:			13.55	14.32	30.71	303.45

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių kruopų sriuba-A.	23	100	2.94	2.22	9.61	73.18
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Keptas kiaušienos-kalakutienos maltinis-T.	99	70	10.26	10.98	2.13	148.38
Grikių kruopų košė skaninta sviestu (tausojantis)	2-101;	60/1	2.54	1.17	16.34	85.89
Burokėlių salotos su aliejumi	4	60	0.72	3.00	4.53	48.00
Konservuoti kukurūzai		20	0.58	0.24	2.16	13.12
Vanduo		100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.24	18.11	47.57	433.17

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tradiciniai varškės virtinukai (tausojantis)	6-8	100	16.25	8.02	22.42	228.33
Sviesto-grietinės padažas	17	15	0.25	8.18	0.28	75.74
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			16.50	16.20	22.70	304.07
Iš viso (dienos davinio):			49.29	48.62	100.99	1040.69

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
3 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešėkienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	7-01	1 vnt.	6.15	5.85	0.35	78.50
Ruginė duona su lyd. sūriu	8	54	6.44	8.23	11.88	147.35
Sezoninis vaisius (bananas)	16-21	100	1.20	0.30	23.10	97.00
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.79	14.38	35.33	322.85

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių kruopų sriuba - A.	23	150	4.02	3.29	14.19	102.45
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Keptas kiaušienos-kalakutienos maltinis-T.	99	94	13.55	14.53	3.16	197.61
Grikių kruopų košė skaninta sviestu (tausojantis)	2-101	80/2	2.93	1.63	18.83	101.56
Burokėlių salotos su aliejumi	4	80	0.96	4.00	6.51	65.88
Konservuoti kukurūzai		20	0.58	0.24	2.16	13.12
Vanduo	0	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			24.24	24.19	57.65	545.22

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tradiciniai varškės virtinukai (tausojantis)	6-9	110	17.38	8.41	27.27	255.48
Sviesto-grietinės padažas	17	20	0.34	10.73	0.38	99.45
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			17.72	19.14	27.65	354.93
Iš viso (dienos davinio):			55.75	57.71	120.63	1222.99

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
3 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorė

Stasė Šešeikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė su sviestu	10	150	5.15	6.33	24.17	175.87
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.02
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Trintos uogos		20	2.24	0.00	1.10	13.36
Iš viso:			7.79	6.73	38.27	246.25

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su grietine	24	100	1.31	3.28	5.50	48.02
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Kepta žuvis gabalc-T.	51	70	12.05	14.23	1.74	182.23
Birūs ryžiai	3	54	1.32	0.94	14.55	71.94
Švž.kopūstų sal.su aliejumi	30	62	0.65	3.10	2.95	42.30
Švž. paprikų lazdelės	4-52	30	0.27	0.06	2.01	8.40
Vanduo		100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			17.80	22.11	39.55	417.49

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojuantis)	6-19;	80	14.16	9.61	17.75	194.03
Grietinės padažas	17	20	0.49	5.70	1.51	59.30
Nesaldinta kmynų arbata	14-14	200	0.02	0.01	0.05	0.33
Iš viso:			14.66	15.32	19.31	253.66
Iš viso (dienos davinio):			40.25	44.16	97.13	917.40

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
3 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktore

Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė	10	200	6.95	8.18	30.56	233.73
Trintos uogos		20	2.24	0.00	1.10	13.36
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			9.59	8.58	44.66	304.29

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su grietine	24	150	1.77	4.73	7.40	79.25
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Kepta žuvis gabale-T.	50	93	16.00	17.65	2.62	233.33
Birūs ryžiai	3	72	1.74	1.80	19.15	99.76
Švž. kopūstų salotos su al.	30	84	0.84	4.02	6.00	63.54
Švž. paprikų lazdelės	4-52	30	0.27	0.06	2.01	8.40
Vanduo		150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			22.82	28.76	49.98	548.88

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojuantis)	6-20	120	20.28	13.25	27.46	313.45
Grietinės padažas	17	20	0.49	5.70	1.51	59.30
Nesaldinta kmynų arbata	14-14	200	0.02	0.01	0.05	0.33
Iš viso:			20.79	18.97	29.02	373.08
Iš viso (dienos davinio):			53.20	56.31	123.66	1226.25

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
3 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorė

Stasė Šešėkienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė	70	93	10.91	16.08	4.55	206.56
Liofilizuoti vaisiai		15	0.35	0.00	9.84	40.76
Trapučiai		10	0.08	0.09	7.20	30.00
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.34	16.17	21.59	277.32

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba	15	100	1.21	3.93	6.39	65.77
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Orkaitėje keptas kalakutienos -vištienos maltinis (tausojantis)	9-47	60	13.62	7.79	4.33	142.58
Perlinių kruopų košė paskaninta sviestu (tausojantis)	2-86	80	2.98	0.35	20.99	102.40
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi	26	67	0.70	5.00	3.33	61.12
Rauginti agurkai (augalinis)	4-16	20	0.56	0.00	0.26	3.28
Vanduo		100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.27	17.58	48.11	439.75

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynai iš kefyro ir miltų	5-99	100	6.54	4.43	33.95	204.94
Grietinės padažas	17	20	0.49	5.70	1.51	59.30
Trintos uogos		15	0.24	0.00	1.10	5.26
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.27	10.13	36.56	269.50
Iš viso (dienos davinio):			39.87	43.87	106.25	986.57

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
3 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešeikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė	70	123	14.51	21.23	6.00	273.11
Liofilizuoti vaisiai		15	0.35	0.00	9.84	40.76
Trapučiai		10	0.08	0.09	7.20	30.00
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			14.94	21.32	23.04	343.87

15.04

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba	15	150	1.92	5.25	7.58	85.25
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Orkaitėje keptas kalakutienos -vištienos maltinis (tausojantis)	9-48	80	19.34	10.01	5.67	191.00
Perlinių kruopų košė paskaninta sviestu (tausojantis)	2-86	80	2.98	0.35	20.99	102.40
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi	26	67	0.70	5.00	3.33	61.12
Rauginti agurkai (augalinis)	4-16	20	0.56	0.00	0.26	3.28
Vanduo		150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			27.70	21.11	50.63	507.65

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynai iš kefyro ir miltų	5-100	120	9.02	5.21	45.04	267.55
Grietinės padažas	17	20	0.49	5.70	1.51	59.30
Trintos uogos		15	0.24	0.00	1.10	5.26
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.75	10.91	47.65	332.11
Iš viso (dienos davinio):			52.39	53.34	121.32	1183.63

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

1-3 m.
3 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešeikienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė	5	150	5.21	4.74	27.00	227.80
Ruginė duona su avokado užtepėle	13	55	3.01	5.50	14.80	57.20
Arbata be cukraus	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.22	10.24	41.80	285.00

8.21

Pietūs 11.40 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba-A.	1	100	1.55	2.16	8.48	59.56
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Kiaulienos guliašas-T.	62	85	6.66	19.71	3.30	217.23
Bulvių košė su sviestu	2	60	0.92	1.84	6.56	46.00
Burokėlių salotos su aliej.	4	60	0.72	3.00	4.53	48.00
Konservuoti žirneliai		30	0.99	0.06	2.27	13.58
Vanduo		0	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.04	27.27	37.94	448.97

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	25	150	4.65	5.66	16.82	136.88
Ruginė duona su sviestu	5	34	1.86	4.45	11.82	95.01
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			6.91	10.51	41.64	289.09
Iš viso (dienos davinio):			28.17	48.02	121.38	1023.06

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

4-7 m.
3 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorė Stasė Šešėikienė

Pusryčiai 8.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu	5	150	5.21	4.74	27.00	227.80
Ruginė duona su avokado užtepėle	13	55	3.01	5.50	14.80	57.20
Arbata be cukraus	1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.22	10.24	41.80	285.00

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba - A.	1	150	2.09	3.22	12.45	87.14
Ruginė duona		30	2.20	0.50	12.80	64.60
Kiaulienos guliašas-T.	62	114	9.19	26.58	4.56	254.22
Burokėlių sal. su aliejumi	4	80	0.96	4.00	6.51	65.88
Bulvių košė	2	80	1.14	2.13	8.51	57.00
Kon. žali žirneliai		30	0.99	0.06	2.27	13.58
Vanduo		150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			16.57	36.49	47.10	542.42

Vakarienė 15.38 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	25	150	4.65	5.66	16.82	136.88
Ruginė duona su sviestu	5	34	1.86	4.45	11.82	95.01
Vaisiai		100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			6.91	10.51	41.64	289.09
Iš viso (dienos davinio):			31.70	57.24	130.54	1116.51

Maitinimo organizavimo specialistė
Teresa Ramanauskienė

