Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
2 priedas

PANEVĖŽIO LOPŠELIS-DARŽELIS „PURIENA“
Kniaudiškių g. 57 Panevėžys

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 metų vaikams

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.15 iki 18.15 val.

TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	33202	150/5	7,32	7,25	32,15	223,18
Vaisiai pagal sezoną		120	1,08	0,12	14,04	61,56
Nesaldinta arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**8,40**	**7,38**	**46,19**	**284,76**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	68973	100	1,68	2,19	13,82	81,69
Kiaulienos kumpio troškinys (tausojantis)	19846	85	11,81	21,81	3,07	255,80
Perlinių kruopų košė (tausojantis)	22708	50	1,66	0,22	13,14	61,13
3 daržovių (pagal sezoną) rinkinukas		90	0,78	0,09	3,75	18,93
Vanduo su citrina	26343	150	0,02	0,00	0,14	0,67
Iš viso maitinimui:			**15,95**	**24,31**	**33,92**	**418,22**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai su varške (9 proc. rieb.)	11348	50/40	12,11	9,96	28,26	251,06
Uogienė	43920	25	0,13	0,13	3,25	14,63
Nesaldinta arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**12,24**	**10,08**	**31,51**	**265,71**
Iš viso dienai:			**36,59**	**41,76**	**111,62**	**968,69**

TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	33207	150/5	5,67	6,38	28,32	193,40
Vaisiai pagal sezoną		90	0,36	0,00	8,91	37,08
Pienas (2,5 proc. rieb.)	18194	140	3,92	3,50	6,58	73,50
Iš viso maitinimui:			**9,95**	**9,88**	**43,81**	**303,98**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	41809	100	1,65	2,39	11,82	75,43
Vištienos filė/ kumpelių mėsos maltinukas (tausojantis)	23284	65	12,63	8,07	5,19	143,97
Bulvių - morkų, košė (tausojantis)	22738	70	1,94	2,82	16,60	99,51
Šviežių daržovių (agurkų, paprikų) salotos su aliejumi ir svogūnų laiškais	75383	50	0,43	2,78	4,43	44,42
Agurkai (pagal sezoną)		40	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo	26308	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			**19,28**	**18,12**	**49,77**	**439,22**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Karštas sumuštinis su varške (9 proc. rieb.) ir obuoliais	18105	20/15/9	4,90	3,42	13,60	104,80
Varškės sūrelis (arba grūdėta varškytė) (iki 9 proc. rieb.)	5549	100/150	14,70	7,90	14,80	189,10
Vanduo	26308	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			**19,60**	**11,32**	**28,40**	**293,90**
Iš viso dienai:			**48,83**	**39,32**	**121,98**	**1037,10**

TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Penkių grūdų (avižų, kviečių, miežių, rugių, grikių) kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	33220	150	4,03	4,33	20,07	135,37
Duoniukai	17744	10	1,04	0,13	7,23	33,08
Vaisiai pagal sezoną		120	0,48	0,00	7,32	31,20
Kakava	26315	150	8,92	10,14	44,59	66,40
Iš viso maitinimui:			**17,47**	**14,60**	**137,62**	**266,07**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Žalių žirnelių sriuba	69007	100/5	2,71	3,55	19,11	119,30
Kepti jūros lydekos arba menkės filė maltinukai (tausojantis)	21891	80	14,82	3,95	6,27	119,90
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	22709	70	1,90	2,55	17,37	100,04
Burokėlių ir kopūstų (pagal sezoną) salotos.		70	1,23	2,80	2,81	41,34
2 daržovių (pagal sezoną) rinkinukas		40	0,32	0,04	1,90	9,24
Vanduo su apelsinais	26307	150	0,07	0,01	0,94	4,10
Iš viso maitinimui:			**21,06**	**12,90**	**48,40**	**393,92**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	43029	150	5,76	5,55	17,03	141,09
Bandelė	5377	50	3,95	2,30	29,70	155,30
Vanduo	26308	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			**9,71**	**7,85**	**46,73**	**296,39**
Iš viso dienai:			**48,24**	**35,35**	**232,75**	**956,38**

TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė (tausojantis)	20549	150	6,18	5,53	30,69	197,22
Trintos uogos arba uogienė	23172	10	0,07	0,04	1,34	5,98
Vaisiai pagal sezoną		120	0,84	0,24	21,60	91,92
Nesaldinta arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**7,09**	**5,81**	**53,63**	**295,15**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su kopūstais ir pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	68990	100	2,52	2,17	9,29	66,82
Bulvių plokštainis su kiaulienos kumpine mėsa	17872	75/35	9,68	11,52	26,26	247,51
Grietinės (30 proc. rieb.) ir sviesto (82 proc. rieb.) padažas	23174	15	0,51	6,97	1,16	69,45
Paprikų lazdelės	75362	50	0,45	0,10	3,35	16,10
Morkų lazdelės	75384	50	0,50	0,05	5,20	23,25
Vanduo su citrina	26343	150	0,02	0,00	0,14	0,67
Iš viso maitinimui:			**13,68**	**20,82**	**45,41**	**423,80**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	12886	100	22,47	13,04	15,92	270,86
Trintos uogos arba uogienė	23145	40	0,28	0,16	3,16	15,18
Nesaldinta žolelių arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**22,75**	**13,20**	**19,08**	**286,07**
Iš viso dienai:			**43,52**	**39,83**	**118,12**	**1005,02**



TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Varškės desertas su grietine (30 proc. rieb.) ir uogomis arba uogiene. (35 proc. rieb.)	19850	90	12,23	13,25	4,68	186,92
Vaisiai pagal sezoną		100	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**13,24**	**13,65**	**28,09**	**288,15**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Lęšių sriuba (tausojanti) (augalinis)	42064	100	4,61	2,04	13,66	91,45
Duona	24705	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Virti makaronai su vištienos filė gabaliukais (tausojantis)	39215	100/50	16,87	8,25	23,17	234,41
3 daržovių (pagal sezoną) rinkinukas		90	0,81	0,15	3,48	18,51
Vanduo su šaldytomis uogomis	26305	150	0,04	0,02	0,27	1,40
Iš viso maitinimui:			**23,80**	**10,85**	**55,88**	**416,36**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Virtas kiaušinis (tausojantis)	3275	60	7,62	6,54	0,54	91,50
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	24723	30/5	1,50	4,49	15,34	107,75
Agurkai (pagal sezoną)		40	0,28	0,00	1,12	5,60
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	12612	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Nesaldinta arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**14,74**	**15,19**	**17,08**	**264,00**
Iš viso dienai:			**49,84**	**39,69**	**101,05**	**968,51**

TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	20554	150	5,33	2,67	29,14	161,92
Vaisiai pagal sezoną		150	0,60	0,00	14,85	61,80
Geriamas Jogurtas „ JUMS“	15038	150	4,35	2,25	7,35	78,00
Iš viso maitinimui:			**10,55**	**6,42**	**50,37**	**301,72**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba su vištienos filė kukuliais (tausojantis)	69020	100/17	5,58	2,34	13,19	96,16
Grietinė (30 proc. rieb.)	15762	5	0,13	1,50	0,14	14,56
Duona	24705	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Plikytų ryžių plovas su vištienos filė (tausojantis)	39201	95/45	13,39	4,68	30,45	217,47
3 daržovių (pagal sezoną) rinkinukas		90	0,84	0,12	3,81	19,68
Vanduo	26308	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			**21,41**	**9,03**	**62,89**	**418,46**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Kepti pikantiški bulvinukai (tausojantis)	M010	180	11,67	10,23	28,74	241,69
Sviesto 82% ir grietinės 30% padažas		20	0,52	6,0	0,54	49,6
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56,0
Iš viso:			**15,59**	**18,73**	**34,18**	**347,29**
Iš viso dienai:			**47,55**	**34,18**	**147,44**	**1067,47**



TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024m. 08 mėn. 27 d.

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Pieniška trijų grūdų (avižų, kviečių, miežių) kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	33222	150/5	6,06	6,98	25,48	188,96
Vaisiai pagal sezoną		120	0,36	0,48	18,12	78,24
Nesaldinta arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**6,42**	**7,46**	**43,60**	**267,23**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Lęšių sriuba (tausojanti) (augalinis)	42064	100	4,61	2,04	13,66	91,45
Kiaulienos maltinukai (kumpinė)su kopūstais (tausojantis)	32649	50/15	9,54	15,56	9,34	215,54
Virtos bulvės (tausojantis)	22712	80	1,60	0,08	15,76	70,16
Kopūstų (pagal sezoną) salotos su morkomis		40	0,52	3,65	2,21	43,79
3 daržovių (pagal sezoną) rinkinukas		80	0,86	0,17	3,36	18,41
Vanduo su citrina	26343	150	0,02	0,00	0,14	0,67
Iš viso maitinimui:			**17,14**	**21,50**	**44,48**	**440,02**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	12887	100	17,04	8,16	29,94	261,40
Grietinės (30 proc. rieb.) padažas ir sviesto (82 proc. rieb.) padažas	23142	12	0,35	4,35	2,17	49,27
Nesaldinta žolelių arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**17,39**	**12,52**	**32,12**	**310,69**
Iš viso dienai:			**40,95**	**41,48**	**120,19**	**1017,93**

LIETUVOS RESPUBLIKA PANEVĖŽIO LOPŠELIS-DARŽELIS „PURIENA"

TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	3965	95	14,65	12,64	10,15	212,95
Duona	16825	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Agurkai (pagal sezoną)		40	0,28	0,00	1,12	5,60
Nesaldinta arbata	26315	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**15,91**	**12,90**	**21,47**	**265,63**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	69026	100	1,36	3,08	7,95	64,95
Duona	16825	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Kepta lašišos filė (tausojantis)	21889	75	19,00	14,22	0,00	200,18
Bulvių košė (tausojantis)	22706	70	1,49	2,78	12,19	79,77
Burokėlių salotos	75372	70	1,97	2,59	2,81	42,46
Daržovė (pagal sezoną)		40	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo su apelsinais	26307	150	0,07	0,01	0,94	4,10
Iš viso maitinimui:			**21,37**	**20,09**	**36,41**	**450,84**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Makaronai su varške (9 proc. rieb.) ir grietine (30 proc. rieb.) (tausojantis)	18953	75/12/3	6,34	4,78	15,47	130,28
Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.)	12612	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Vaisiai pagal sezoną		150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**12,28**	**8,94**	**30,40**	**251,22**
Iš viso dienai:			**49,56**	**41,94**	**88,28**	**969,69**

TVIRTINU
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Pieniška manų košė su cinamonu (tausojantis)	20555	150/1	6,42	5,55	32,55	205,86
Vaisiai pagal sezoną		120	1,08	0,12	14,04	61,56
Nesaldinta arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**7,50**	**5,68**	**46,59**	**267,45**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Daržovių (bulvių, kopūstų, morkų, paprikų, cukinijų) sriuba (augalinis) (tausojantis)	69028	100	1,24	1,61	9,17	56,08
Lietiniai blynai su kiauliena	18957	65/35	10,86	14,52	27,18	282,80
Grietinės (30 proc. rieb.) ir sviesto (82 proc. rieb.) padažas	23174	15	0,51	6,97	1,16	69,45
Vaisiai pagal sezoną		120	0,48	0,00	7,32	31,20
Vanduo	26308	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			**13,09**	**23,10**	**44,83**	**439,53**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) desertas su grietine (30 proc. rieb.) uogomis arba uogiene.	19852	80	12,00	9,90	4,39	154,68
Bandelė	5377	50	3,95	2,30	29,70	155,30
Nesaldinta arbata	26315	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**15,95**	**12,20**	**34,09**	**310,00**
Iš viso dienai:			**36,54**	**40,97**	**125,51**	**1016,97**

TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Pieniška ryžių kruopų košė (tausojantis)	20557	150	4,84	5,48	29,19	185,40
Trintos uogos arba uogienė	23172	10	0,07	0,04	1,34	5,98
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	12612	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Vaisiai pagal sezoną		150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta arbata	26315	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**10,85**	**9,68**	**45,46**	**312,33**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba su frikadelėmis	25	100	1,12	4,20	10,44	82,26
Grietinė (30 proc. rieb.)						
Viso grūdo batonas	24705	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Vištienos filė maltinukas (tausojantis)	39210	65	15,36	5,50	5,28	132,01
Virti grikiai (tausojantis)	22716	50	3,02	0,74	16,63	85,32
Morkų salotos	75386	40	0,44	2,77	4,30	43,90
2 daržovių (pagal sezoną) rinkinukas		70	0,60	0,14	3,01	15,68
Vanduo su citrina	26343	150	0,02	0,00	0,14	0,67
Iš viso maitinimui:			**22,03**	**13,74**	**55,10**	**432,21**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	43029	150	5,76	5,55	17,03	141.09
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	11294	25/5/10	3,48	6,88	10,46	117,66
Vanduo	26308	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			**9,23**	**12,43**	**27,49**	**258,75**
Iš viso dienai:			**42,11**	**35,85**	**128,05**	**1003,28**

TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė su sviestu (augalinis)(tausojantis)	33235	150/20	4,23	0,36	32,39	149,74
Vaisiai pagal sezoną		120	0,36	0,48	18,12	78,24
Pienas (2,5 proc. rieb.)	18194	140	3,92	3,50	6,58	73,50
Iš viso maitinimui:			**8,51**	**4,34**	**57,09**	**301,48**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Trinta bulvių sriuba su lydytu sūreliu (23 proc. rieb.) (tausojantis)	69036	100/5	3,12	3,30	25,80	145,38
Grikių troškinys su vištienos filė / arba kumpelių mėsa, morkomis ir pomidorais (tausojantis)	23287	75/50	13,68	7,75	28,94	240,20
3 daržovių (pagal sezoną) rinkinukas		85	0,83	0,19	4,50	23,03
Vanduo	26308	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			**17,63**	**11,24**	**59,24**	**408,61**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	12888	90	16,05	11,42	18,78	242,14
Grietinės (30 proc. rieb.) ir sviesto (82 proc. rieb.) padažas	23142	12	0,35	4,35	2,17	49,27
Vanduo arba arbata	26308	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			**16,40**	**15,78**	**20,95**	**291,41**
Iš viso dienai:			**42,53**	**31,36**	**137,29**	**1001,49**

TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Makaronai su sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	18961	120/20	10,20	7,80	20,76	194,02
Vaisiai pagal sezoną		120	0,36	0,48	18,12	78,24
Nesaldinta arbata	26315	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**10,56**	**8,28**	**38,88**	**272,28**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	68973	100	1,68	2,19	13,82	81,69
Duona	16826	20	1,04	0,22	9,86	45,58
Virtų bulvių cepelinai	2	80	17,87	8,69	7,71	180,51
Grietinės (30 proc) – sviesto (82 proc.) padažas	22712	100	2,00	0,10	19,70	87,70
Pjaustytos morkos su obuoliais		110	0,95	0,21	5,50	27,65
Vanduo su citrina	26343	150	0,02	0,00	0,14	0,67
Iš viso maitinimui:			**23,56**	**11,41**	**56,73**	**403,50**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	12886	100	22,47	13,04	15,92	270,86
Trintos uogos / arba uogienė	23145	40	0,28	0,16	3,16	15,18
Vanduo arba arbata	26308	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			**22,75**	**13,20**	**19,08**	**286,04**
Iš viso dienai:			**56,87**	**32,89**	**114,69**	**961,82**



TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2027 m. 08 mėn. 27 d.

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	3274	93/7	11,86	10,36	12,16	189,35
Duona	16826	20	1,04	0,22	9,86	45,58
Daržovė (pagal sezoną)		40	0,40	0,16	2,32	12,32
Vaisiai pagal sezoną	43932	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**13,90**	**10,75**	**39,19**	**309,07**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų ir žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	42065	100	3,55	1,76	16,99	97,99
Kepti jūros lydekos arba menkės filė maltinukai (tausojantis)	21895	75	15,08	6,09	11,18	159,83
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	22709	70	1,90	2,55	17,37	100,04
Burokėlių salotos	75372	70	1,97	2,59	2,81	42,46
2 daržovių (pagal sezoną) rinkinukas		70	0,60	0,14	3,01	15,68
Vanduo su apelsinais	26307	150	0,07	0,01	0,94	4,10
Iš viso maitinimui:			**23,18**	**13,14**	**52,29**	**420,11**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Pieniška grikių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	33202	150/5	7,32	7,25	32,15	223,18
Vaisiai pagal sezoną		120	1,08	0,12	14,04	61,56
Kakava		150	2,34	2,04	9,54	71,98
Iš viso maitinimui:			**10,74**	**9,41**	**55,73**	**356,72**
Iš viso dienai:			**33,98**	**33,30**	**147,21**	**1085,90**

TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė (tausojantis)	20549	150	6,18	5,53	30,69	197,22
Trintos uogos /arba uogienė	23172	10	0,07	0,04	1,34	5,98
Vaisiai pagal sezoną		100	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta arbata	26317	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			**7,25**	**5,97**	**55,43**	**304,43**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	42063	100	1,26	2,08	6,44	49,55
Kiaulienos maltinis (kumpinė) su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	32676	59/6	11,98	16,47	6,21	220,94
Bulvių košė (tausojantis)	22706	70	1,49	2,78	12,19	79,77
Kopūstų (pagal sezoną) salotos su morkomis		40	0,52	3,65	2,21	43,79
2 daržovių (pagal sezoną) rinkinukas		70	0,60	0,14	3,01	15,68
Vanduo su šaldytomis uogomis	26305	150	0,04	0,02	0,27	1,40
Iš viso maitinimui:			**15,88**	**25,14**	**30,33**	**411,13**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Blynai	18973	100	7,65	10,35	36,85	271,15
Natūralus jogurtas (3 proc. rieb.) paskanintas uogomis	23148	20	0,29	0,21	1,07	7,31
Nesaldinta arbata	26312	150	0,40	0,29	1,00	8,19
Iš viso maitinimui:			**8,33**	**10,85**	**38,91**	**286,64**
Iš viso dienai:			**31,46**	**41,96**	**124,68**	**1002,20**

TVIRTINU:
Direktorė Zita Kuncienė
2024 m. 08 mėn. 27 d.

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:20 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir bananais (tausojantis)	33237	150/5/25	6,17	8,04	29,21	213,79
Vaisiai pagal sezoną		120	0,84	0,24	21,60	91,92
Nesaldinta arbata	26315	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			**7,01**	**8,28**	**50,81**	**305,73**

Pietūs 11:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Žirnių – perlinių kruopų sriuba (augalinis)(tausojantis)	43031	100	2,77	2,19	11,97	78,67
Duona	16826	20	1,04	0,22	9,86	45,58
Netikras zuikis	39210	65	13,48	6,26	3,09	123,00
Bulvių – morkų košė	22714	100	2,05	2,09	14,93	83,98
Šviežių daržovių salotos su grietine 30 proc.	75388	65	0,70	2,46	2,05	28,93
Daržovės (pagal sezoną)		40	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo	26308	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			**20,44**	**13,38**	**44,22**	**372,48**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos (Kcal.)
Bulvių košė (tausojantis)	26402	140	3,47	4,98	27,06	166,92
Agurkai (pagal sezoną)		40	0,28	0,00	1,12	5,60
Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.)	12612	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Kefyras (2,5 proc. rieb.)	18135	140	4,48	3,50	5,60	71,82
Iš viso maitinimui:			**13,57**	**12,64**	**33,86**	**303,46**
Iš viso dienai:			**41,02**	**34,30**	**128,89**	**981,67**