

Lopšelis  
1 savaitė  
Pirmadienis

-1-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu 82%, kriaušėmis (tausojantis)		150/4/15	6,00	5,60	36,94	214,44
Plėšomos sūrio lazdelės		20	5,34	4,16	0,10	59,20
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Obuoliai		80	0,32	0,08	9,80	36,00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,68</b>	<b>9,85</b>	<b>47,16</b>	<b>311,15</b>

**Pietūs val. 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)		150	5,90	2,19	12,63	88,17
Duona ruginė		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Ryžių plovai su kiaulienos sprandine, sviestus 82% (tausojantis)		100/50/4	11,66	10,62	24,06	252,98
Daržovių rinkinukas: (agurkai, pomidorai, paprika)		25/25/25	0,86	0,16	3,16	17,38
Stalo vanduo, paskanintas apelsiniais		100/5	0,04	0,01	0,30	1,45
<b>Iš viso:</b>			<b>19,58</b>	<b>13,20</b>	<b>48,81</b>	<b>399,78</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai su morkomis, kepti konvekciniėje krosnyje		120	16,35	10,04	24,42	253,41
Natūralus jogurtas 3,8%		20	0,86	0,76	0,96	14,20
Trintos uogos		20	0,19	0,08	1,95	9,20
Vaisinė arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananai		80	1,20	0,08	16,80	71,20
<b>Iš viso:</b>			<b>18,60</b>	<b>10,96</b>	<b>44,13</b>	<b>348,01</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>49,86</b>	<b>34,01</b>	<b>140,10</b>	<b>1058,94</b>

**Lopšelis**1 savaitė  
Antradienis

-2-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82%, saulėgrąžų sėklomis (tausojantis)		150/4/3	6,25	7,21	28,62	204,34
Duona pilno grūdo su sviestu 82%		20/7	1,15	4,35	8,70	77,20
Arbata vaisinė be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušės		100	0,40	0,30	9,50	42,00
<b>Iš viso:</b>			<b>7,80</b>	<b>11,86</b>	<b>46,82</b>	<b>323,54</b>

**Pietūs val.\*12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta brokolių sriuba (augalinis, tausojantis)		150	2,03	2,00	8,70	63,57
Skrebučiai		8	1,31	2,85	7,74	39,75
Bulvių plokštainis su vištiena		120	13,09	7,97	16,34	186,97
Grietinė 30%		15	0,36	4,50	0,47	44,10
Daržovių rinkinukas(pomidorai, agurkai)		35/35	0,63	0,14	2,24	12,74
Stalo vanduo, paskanintas obuoliais		100/5	0,02	0,02	0,65	2,86
<b>Iš viso:</b>			<b>17,44</b>	<b>17,48</b>	<b>36,14</b>	<b>349,99</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba su sviestu 82% (tausojantis)		150/2	4,80	3,63	18,33	119,40
Batono skrebutis		20	3,28	7,13	19,35	99,38
Bananai		80	1,20	0,08	16,80	71,20
<b>Iš viso:</b>			<b>9,28</b>	<b>10,84</b>	<b>54,48</b>	<b>289,98</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>34,52</b>	<b>40,18</b>	<b>137,44</b>	<b>963,51</b>

Lopšelis  
1 savaitė  
Trečiadienis

-3-

**Pusryčiai val.8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių kruopų košė su daržovėmis (augalinis, tausojantis)		150	3,04	3,59	22,65	134,94
Varškės sūris 22%		30	6,03	3,90	1,08	63,54
Kakava su pienu 2.5%		100	2,12	1,68	3,35	36,96
Kiviai		100	1,00	1,00	14,00	64,00
<b>Iš viso:</b>			<b>12,19</b>	<b>10,17</b>	<b>41,08</b>	<b>299,44</b>

**Pietūs val.12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su grietine 30% (tausojantis)		150/4	3,16	3,14	13,33	97,23
Duona šviesi pilno grūdo		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Jautienos kumpio kukuliai, troškinti grietinėlės 35%-pomidorų padaže konvekciniame krosnyje (tausojantis)		60/10	18,36	8,07	5,71	152,24
Makaronai viso grūdo su sviestu 82% (tausojantis)		50/5	1,85	5,28	13,17	107,51
Daržovių rinkinukas:(agurkai, paprika, ridikėliai)		25/25/25	0,75	0,19	3,00	16,61
Stalo vanduo, paskanintas kriaušėmis		100/5	0,02	0,02	0,67	2,90
<b>Iš viso:</b>			<b>25,26</b>	<b>16,92</b>	<b>44,54</b>	<b>416,29</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu		80/10	10,20	11,87	5,02	163,00
Rauginti agurkai, pomidorai		35/35	0,63	0,14	2,24	12,74
Duona pilno grūdo su sviestu 82%		20/5	1,15	4,35	8,70	77,20
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>12,00</b>	<b>16,37</b>	<b>16,28</b>	<b>254,45</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>49,45</b>	<b>43,46</b>	<b>101,90</b>	<b>970,18</b>

**Lopšelis**  
1 savaitė  
**Ketvirtadienis**

-4-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kuskuso kruopų košė su sviestu 82%, uogomis (tausojantis)		150/4/15	7,95	3,78	49,00	261,79
Natūralus jogurtas		125	3,50	3,13	7,50	85,00
Vaisinė arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Mandarinai		100	0,70	0,30	9,40	43,00
<b>Iš viso:</b>			<b>12,15</b>	<b>7,21</b>	<b>65,90</b>	<b>389,79</b>

**Pietūs val.\*12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)		150	2,23	2,23	15,87	89,42
Duona ruginė		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Žuvies file maltiniai apkepti po to troškinti konvekciniėje krosnyje (tausojantis)		60	12,45	3,78	7,73	118,38
Brokolių salotos su žalumynais, su aliejumi (saulėgrąžų)		50	2,05	3,20	3,33	48,77
Daržovių rinkinukas(cukinija, pomidorai)		20/20	0,44	0,06	1,50	8,30
Stalo vanduo, paskanintas braškėmis		100/5	0,05	0,02	0,49	2,30
<b>Iš viso:</b>			<b>18,34</b>	<b>9,51</b>	<b>37,58</b>	<b>306,97</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai		100	6,84	4,40	32,37	189,87
Trintos uogos		20	0,19	0,08	1,95	9,20
Grietinės 30% padažas		20	0,48	6,00	0,62	58,80
Arbatžolių arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai		100	0,40	0,10	9,80	45,00
<b>Iš viso:</b>			<b>7,91</b>	<b>10,58</b>	<b>44,74</b>	<b>302,87</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38,40</b>	<b>27,30</b>	<b>148,22</b>	<b>999,63</b>

Lopšelis  
1 savaitė  
Penktadienis

-5-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu 82%, bananais (tausojantis)		130/4/20	6,17	7,08	28,12	210,21
Duona pilno grūdo su sviestu 82%, pomidoru		20/7/20	1,88	5,14	9,42	82,62
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Obuoliai		100	0,40	0,10	9,80	45,00
<b>Iš viso:</b>			<b>8,47</b>	<b>12,33</b>	<b>47,66</b>	<b>339,34</b>

**Pietūs val.12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų su pomidorais sriuba (augalinis, tausojantis)		150	1,67	2,06	10,48	67,50
Duona pilno grūdo su sėklomis		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Kalakutienos file maltiniai, kepti konvekciniėje krosnyje		60	14,71	6,43	4,30	133,42
Virtos bulvės sviestu 82% (tausojantis)		40/5	0,85	4,17	7,58	70,77
Daržovių rinkinukas(paprika, cukinija, plėšyti salotų lapai)		25/25/25	0,86	0,16	3,16	17,38
Stalo vanduo, paskanintas vynuogėmis		100/5	0,04	0,02	0,88	3,84
<b>Iš viso:</b>			<b>19,25</b>	<b>13,06</b>	<b>35,06</b>	<b>332,71</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai viso grūdo su vištienos šlaunelių faršu, daržovėmis, sviestu 82% (tausojantis)		150/4	8,50	6,36	26,61	193,04
Pomidorai, agurkai		35/35	0,63	0,14	2,24	12,74
Žolelių arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,13</b>	<b>6,50</b>	<b>28,85</b>	<b>205,78</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>36,85</b>	<b>31,89</b>	<b>111,57</b>	<b>877,83</b>

Lopšelis  
2 savaitė  
Pirmadienis

-6-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška penkių grūdų košė su sviestu 82%, braškėmis, sezamo sėklomis (tausojantis)		150/4/15/3	6,59	7,85	28,30	199,08
Trapučiai		10	1,44	0,23	7,68	38,90
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Bananai		100	1,50	0,1	21,00	89,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,55</b>	<b>8,19</b>	<b>57,30</b>	<b>328,49</b>

**Pietūs val.\* 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba (augalinis, tausojantis)		150	1,79	3,15	11,32	78,58
Duona ruginė		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Kalakutienos šlaunelių maltiniai, kepti konvekciniėje krosnyje		60	10,86	4,13	3,74	92,59
Grikių su sviestu 82% (tausojantis)		40/5	5,19	5,45	24,88	171,40
Kopūstų salotos su paprikomis su saulėgrąžų aliejumi		50	0,73	2,89	3,35	42,32
Daržovių rinkinukas (pomidorai, ridikėliai)		20/20	0,42	0,06	1,60	8,62
Stalo vanduo, paskanintas melionais		100/5	0,35	0,01	0,39	2,99
<b>Iš viso:</b>			<b>20,46</b>	<b>15,91</b>	<b>53,94</b>	<b>436,30</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės-morkų apkepas		100	14,71	10,10	15,27	183,80
Natūralus jogurtas 3,8%		20	0,86	0,76	0,96	14,20
Trintos uogos		20	0,19	0,08	1,95	9,20
Arbata vaisinė be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>15,76</b>	<b>10,94</b>	<b>18,18</b>	<b>207,20</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>45,77</b>	<b>35,04</b>	<b>129,42</b>	<b>971,99</b>

Lopšelis  
2 savaitė  
Antradienis

-7-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai viso grūdo su daržovėmis (augalinis, tausojantis)		150/15	5,80	4,44	37,88	204,87
Jogurtas natūralus		125	3,50	3,13	7,50	85,00
Arbatžolių arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai		100	0,9	0,2	8,10	40,00
<b>Iš viso:</b>			<b>10,20</b>	<b>7,77</b>	<b>53,48</b>	<b>329,87</b>

**Pietūs val.\*12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su grietine 30% (tausojantis)		150/4	1,37	3,14	8,93	73,05
Duona pilno grūdo tamsi		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Kiaulenos kumpio guliašas (tausojantis)		60/20	14,86	12,44	3,77	202,60
Bulvių košė su morkomis, sviestu 82% (tausojantis)		40/5	0,6	1,50	3,85	31,58
Cukinija, paprika, plėšyti salotų lapai		25/25/25	0,86	0,16	3,16	17,38
Stalo vanduo, paskanintas agurkais		100/5	0,04	0,01	0,12	0,71
<b>Iš viso:</b>			<b>18,85</b>	<b>17,47</b>	<b>28,49</b>	<b>365,12</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių košė su sviestu 82% (tausojantis)		150/4	2,83	3,90	21,29	131,46
Pienas 2,5%		100	2,80	2,50	4,70	52,00
Obuoliai		100	0,40	0,10	9,80	42,00
<b>Iš viso:</b>			<b>6,03</b>	<b>6,50</b>	<b>35,79</b>	<b>225,46</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>35,08</b>	<b>31,74</b>	<b>117,76</b>	<b>920,45</b>

**Lopšelis**

2 savaitė

Trečiadienis

-8-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška sorų kruopų košė su sviestu 82%, obuoliais (tausojantis)		150/4/20	4,74	5,42	26,04	171,79
Duona pilno grūdo su sviestu 82%, fermentiniu sūriu		20/7/15	4,67	9,30	8,92	130,77
Kmynų arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Kiviai		100	1,00	1,00	14,00	64,00
<b>Iš viso:</b>			<b>10,41</b>	<b>15,72</b>	<b>48,96</b>	<b>366,56</b>

**Pietūs val.\* 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba (augalinis, tausojantis)		150	1,23	2,10	6,95	52,63
Duona šviesi su sėklomis		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Vištienos maltiniai, kepti konvekcinėje krosnyje		60	14,93	5,29	5,54	133,15
Biri ryžių kruopų košė su sviestu 82% tausojantis)		40/5	1,06	5,73	11,11	97,83
Morkų salotos su saulėgražų aliejumi		50	0,52	2,60	4,67	44,19
Daržovių rinkinukas(paprika, ridikėliai)		20/20	0,40	0,06	2,12	10,64
Stalo vanduo, paskanintas citrina		100/5	0,04	0,02	0,46	2,16
<b>Iš viso:</b>			<b>19,30</b>	<b>16,02</b>	<b>39,51</b>	<b>380,40</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kefyriniai blynai		100	8,02	11,05	40,70	217,89
Grietinės padažas 30%		20	0,48	4,00	0,62	58,80
Trintos uogos		20	0,19	0,08	1,95	9,20
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
<b>Iš viso:</b>			<b>8,71</b>	<b>15,14</b>	<b>43,59</b>	<b>287,40</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38,42</b>	<b>46,88</b>	<b>132,06</b>	<b>1034,36</b>

**Lopšelis**  
2 savaitė  
Ketvirtadienis

-9-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis su žaliais žirneliais		60/30	8.00	6.00	5.13	106,62
Duona ruginė su sviestu 82%		20/7	1,15	4,35	8,70	77,20
Kakava su pienu 2.5%		100	2.12	1.68	3,35	36,96
Kriaušės		100	0.40	0.30	9.50	42.00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,67</b>	<b>12,33</b>	<b>26,68</b>	<b>262,78</b>

**Pietūs val.12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su grietine 30% (tausojantis)		150/4	1.59	4.19	8.94	78.64
Duona tamsi pilno grūdo		20	1.12	0.22	8.66	39.80
Žuvies file kepsneliai, kepti konvekciniėje krosnyje		60	12,81	8,34	5,99	137,66
Burokėlių salotos su pupelėmis, pagardintos eko saulėgražų aliejumi ir citrinos sultimis (tausojantis)		50	1,67	4,10	6,16	67,91
Daržovių rinkinukas (pomidorai, cukinija)		20/20	0,44	0,06	1,50	8,30
Stalo vanduo, paskanintas mėtomis		100/5	0,19	0,05	0,74	4,15
<b>Iš viso:</b>			<b>17,82</b>	<b>16,96</b>	<b>31,99</b>	<b>336,46</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri ryžių kruopų košė su daržovėmis (augalinis)		150	2,39	4,73	23,65	136,84
Natūralus jogurtas		125	3,50	3,13	7,50	85,00
Arbatžolių arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Melionai		100	1,00	0,00	8,00	35,00
<b>Iš viso:</b>			<b>6,89</b>	<b>7,86</b>	<b>39,15</b>	<b>256,84</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>36,38</b>	<b>37,15</b>	<b>97,82</b>	<b>856,08</b>

**Lopšelis**2 savaitė  
Penktadienis

-10-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su morkomis, saulėgrąžomis (augalinis, tausojantis)		150/3	4,52	6,34	26,62	173,81
Plėšomos sūrio lazdelės		20	5,34	4,16	0,10	59,20
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Bananai		100	1,50	0,10	21,00	89,00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,38</b>	<b>10,61</b>	<b>48,04</b>	<b>323,52</b>

**Pietūs val. 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žalių žirnelių sriuba su grietinėle 30% (tausojantis)		150/5	8,20	6,99	29,12	161,28
Skrebučiai		8	1,31	2,85	7,74	39,75
Karališki balandėliai troškinti konvekciniėje krosnyje grietinėlės-pomidorų padaže (tausojantis)		80/10	16,25	11,74	6,34	193,96
Virtos bulvės su sviestu 82% (tausojantis)		40/5	0,85	4,17	7,58	70,77
Pekino salotos su paprika, su saulėgrąžų aliejumi		50	0,68	3,99	2,46	66,15
Daržovių rinkinukas (pomidorai, agurkai)		20/20	0,40	0,08	2,56	12,56
Stalo vanduo, paskanintas apelsiniais		100/5	0,04	0,01	0,30	1,45
<b>Iš viso:</b>			<b>27,73</b>	<b>26,92</b>	<b>56,10</b>	<b>545,92</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė		70	6,42	6,91	37,61	229,08
Pienas 2,5%		100	2,8	2,50	4,70	52,00
Obuoliai		80	0,32	0,08	9,80	36,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,54</b>	<b>9,49</b>	<b>52,11</b>	<b>317,08</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>48,65</b>	<b>47,02</b>	<b>156,25</b>	<b>1186,52</b>

**Lopšelis**3 savaitė  
Pirmadienis

-11-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82%, braškėmis (tausojantis)		150/4/15	6,25	7,21	28,62	204,34
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,04	0,02	0,32	1,51
Obuoliai		100	0,4	0,1	9,8	45,00
<b>Iš viso:</b>			<b>6,69</b>	<b>7,33</b>	<b>38,74</b>	<b>250,85</b>

**Pietūs val.12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių pomidorinė sriuba (augalinis)		150	1,23	2,06	10,64	90,89
Duona šviesi pilno grūdo		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Kiaulienos kumpio maltiniai, kepti konvekciniėje krosnyje		60	13,60	6,11	4,46	111,05
Bulvių košė su sviestu 82% (tausojantis)		40/5	0,60	4,54	7,85	72,84
Troškinti kopūstai su sviestu 82% (tausojantis)		50/4	0,61	8,29	2,36	85,02
Daržovių rinkinukas:(pomidorai, agurkai)		20/20	0,4	0,1	1,3	7,00
Stalo vanduo, paskanintas citrinomis		100/5	0,04	0,02	0,46	2,16
<b>Iš viso:</b>			<b>17,60</b>	<b>21,34</b>	<b>35,73</b>	<b>408,76</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su sviestu 82%, fermentiniu sūriu (tausojantis)		150/4/10	9,40	4,93	37,60	208,65
Pomidorai		50	0,55	0,10	1,90	11,50
Duona tamsi pilno grūdo su sviestu 82%, varškės 9% kremu		20/4/20	4,02	7,84	8,91	126,43
Kmynų arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>13,97</b>	<b>12,87</b>	<b>48,41</b>	<b>346,58</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38,26</b>	<b>41,54</b>	<b>122,88</b>	<b>1006,19</b>

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su cukinijomis, daržovėmis (augalinis, tausojantis)		150	3,72	4,63	26,63	163,24
Trapučiai		10	1,44	0,23	7,68	38,90
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Kriaušės		100	0,40	0,30	9,50	42,00
<b>Iš viso:</b>			<b>5,58</b>	<b>5,17</b>	<b>44,13</b>	<b>245,65</b>

**Pietūs val. 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba su grietinėle 35% (tausojantis)		150/5	1,53	4,04	11,18	94,97
Duona šviesi su sėklomis		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Vištienos file kepsneliai apkepti, po to troškinti konvekciniėje krosnyje		60	13,85	8,76	5,99	167,82
Pupelių, pomidorų, paprikos salotos, pagardintos saulėgrąžų aliejumi (tausojantis)		70	3,83	2,97	10,20	82,19
Pomidorai, paprika,		20/20	0,47	0,15	2,14	11,67
Stalo vanduo, paskanintas kriaušėmis		100/5	0,02	0,02	0,67	2,90
<b>Iš viso:</b>			<b>20,82</b>	<b>16,16</b>	<b>38,84</b>	<b>399,35</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių, morkų, varškės 9% sklandžiai		100	10,62	15,29	20,56	227,38
Natūralus jogurtas 3,8%		20	0,86	0,76	0,96	14,20
Trintos uogos		20	0,19	0,08	1,95	9,20
Pienas 2.5%		100	2,8	2,50	4,70	52,00
<b>Iš viso:</b>			<b>14,47</b>	<b>18,63</b>	<b>28,17</b>	<b>302,78</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,87</b>	<b>39,96</b>	<b>111,14</b>	<b>947,78</b>

**Pusryčiai val.8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kvietinių dribsnių košė su sviestu 82%, džiovintomis spanguolėmis (tausojantis)		150/4/15	5,74	5,71	31,26	190,95
Varškės sūris 22%		30	6,03	3,90	1,08	63,54
Arbatžolių arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Melionai		100	1,00	-	8,00	35,00
<b>Iš viso:</b>			<b>12,77</b>	<b>9,61</b>	<b>40,34</b>	<b>289,49</b>

**Pietūs val.12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba (augalinis)		150	5,90	6,46	12,23	137,97
Duona ruginė		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Kiaulienos kumpio maltiniai, troškinti garuose konvekciniėje krosnyje (tausojantis)		60	13,60	7,11	4,46	111,05
Biri grikių kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis)		40/5	5,19	5,45	24,88	171,40
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais, su saulėgražų aliejumi		50	2,05	3,20	3,33	48,77
Daržovių rinkinukas (agurkai, paprika)		20/20	0,36	0,08	2,20	10,96
Stalo vanduo, paskanintas obuoliais		100/5	0,02	0,02	0,65	2,86
<b>Iš viso:</b>			<b>28,24</b>	<b>22,54</b>	<b>56,41</b>	<b>522,81</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškintos bulvės su vištiena, sviestu 82% (tausojantis)		100/20/5	8,09	8,63	21,37	139,67
Agurkai, pomidorai		35/35	0,63	0,14	2,24	12,74
Kefyras 2,5%		100	2,80	2,50	4,10	59,00
<b>Iš viso:</b>			<b>11,52</b>	<b>11,27</b>	<b>27,71</b>	<b>211,41</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>52,53</b>	<b>43,42</b>	<b>124,46</b>	<b>1023,71</b>

**Lopšelis**

3 savaitė

Ketvirtadienis

-14-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis)		150/4	4,10	5,41	25,71	163,27
Natūralus jogurtas		125	3,50	3,13	7,50	85,00
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Bananai		100	1,50	0,10	21,00	89,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,12</b>	<b>8,65</b>	<b>54,53</b>	<b>338,78</b>

**Pietūs val.12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (augalinis)		150	1,00	3,04	8,63	119,78
Duona tamsi pilno grūdo		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Troškinti žuvies file maltiniai konvekciniėje krosnyje grietinėlės- pomidorų padaže (tausojantis)		60/10	12,75	6,02	9,28	145,74
Bulvių košė su sviestu 82% (tausojantis)		40/5	0,60	4,54	7,85	72,84
Troškintos morkos su sviestu 82% (tausojantis)		50	1,77	3,14	7,22	82,98
Daržovių rinkinukas (agurkai, ridikėliai)		20/20	0,38	0,06	1,24	7,02
Stalo vanduo, paskanintas mėtomis		100/5	0,19	0,05	0,74	4,15
<b>Iš viso:</b>			<b>17,81</b>	<b>17,07</b>	<b>43,62</b>	<b>472,31</b>

**Vakarienė val.15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai sviesto 82% –grietinės 30% padažas (tausojantis)		100/15	14,92	14,91	28,10	305,04
Kakava su pienu 2,5%		100	2,12	1,68	3,35	36,96
Obuoliai		80	0,32	0,08	9,80	36,00
<b>Iš viso:</b>			<b>17,36</b>	<b>16,67</b>	<b>41,25</b>	<b>378,00</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>44,29</b>	<b>42,39</b>	<b>139,40</b>	<b>1189,09</b>

**Lopšelis**

3 savaitė

Penktadienis

-15-

**Pusryčiai val. 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška manų kruopų košė su sviestu 82% ,cinamonu (tausojantis)		150/4/3	6,09	8,64	31,69	229,61
Duona pilno grūdo su sviestu 82%, su fermentiniu sūriu		20/7/15	4,67	9,30	8,92	130,77
Kakava su pienu 2,5%		100	2,12	1,68	3,35	36,96
Melionai		100	1,00	-	8,00	35,00
<b>Iš viso:</b>			<b>13,88</b>	<b>19,62</b>	<b>51,96</b>	<b>432,34</b>

**Pietūs val.12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su grietine 30% (tausojantis)		150/4	1,37	3,14	8,93	73,05
Duona ruginė		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Troškinta kalakutų šlaunelių mėsa (tausojantis)		60/20	16,78	11,54	3,41	182,18
Perlinės kruopos su sviestu 82% (tausojantis)		40/5	1,34	4,37	10,07	82,09
Agurkai, pomidorai, cukinija		25/25/25	0,80	0,16	2,48	13,58
Stalo vanduo, paskanintas braškėmis		100/5	0,05	0,02	0,49	2,30
<b>Iš viso:</b>			<b>21,46</b>	<b>19,45</b>	<b>34,04</b>	<b>393,00</b>

**Vakarienė val. 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su daržovėmis (augalinis)		120/10	5,80	3,44	37,86	195,76
Pomidorai, paprika		35/35	0,63	0,14	2,24	12,74
Arbatžolių arbata su citrina be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
<b>Iš viso:</b>			<b>6,45</b>	<b>3,59</b>	<b>40,42</b>	<b>210,01</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,79</b>	<b>42,66</b>	<b>126,42</b>	<b>1035,35</b>