

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo  
8 priedas



**KAUNO LOPŠELIS - DARŽELIS „ŽIEDELIS“**  
M. Jankaus, 40A, 50274 Kaunas

## **15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

**1-3 metų vaikams**

**Tvirtinimo data: 2025-05-23**

**Naudojimo data: 2025-06-02**

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 7:00 iki 19:00 val.

1 savaitė  
Pirmadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	34127	145/5	5,95	6,10	30,69	201,46
Sezoniniai vaisiai		90	0,81	0,09	10,53	46,17
Liofilizuotos uogos		5	0,38	0,19	2,53	13,31
Nesaldinta arbata		150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			<b>7,33</b>	<b>6,52</b>	<b>44,25</b>	<b>265,03</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	19181	100	0,84	0,94	5,47	33,72
Orkaitėje kepti jautienos nugarinės kukuliukai (tausojantis)	41601	70	18,85	8,28	9,46	187,76
Rausvasis pienu (2,5 proc. rieb.) ir pomidorų padažas (tausojantis)	28715	30	0,75	1,44	4,22	32,80
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	9943	80	2,17	0,12	19,98	89,69
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	26907	90	1,01	4,59	9,72	84,23
Vanduo su apelsiniais	11264	150	0,05	0,01	0,63	2,75
Iš viso maitinimui:			<b>23,67</b>	<b>15,37</b>	<b>49,48</b>	<b>430,95</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	6082	80/7	10,89	15,73	5,69	207,87
Viso grūdo ruginė duona	14726	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Konvekciniėje kepti brokoliai ir žiediniai kopūstai (augalinis)(tausojantis)	93752	35	0,59	1,88	1,00	23,29
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			<b>13,30</b>	<b>17,91</b>	<b>20,37</b>	<b>295,93</b>
Iš viso dienai:			<b>44,31</b>	<b>39,81</b>	<b>114,10</b>	<b>991,90</b>

1 savaitė  
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	9737	145/5	4,37	5,45	24,52	164,66
Sezoniniai vaisiai		100	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			<b>5,37</b>	<b>5,86</b>	<b>47,92</b>	<b>265,88</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Rūgštynių sriuba su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	73927	100	1,40	1,45	11,35	64,06
Viso grūdo ruginė duona	14726	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Kalakutienos filė troškiny su baltagūžiais kopūstais, morkomis, bulvėmis ir porais (tausojantis)	52481	80/25/30/ 50/5	25,06	11,43	14,40	260,72
Šviežių daržovių rinkinukas (pomidorai, paprikos)	93753	100	0,95	0,30	6,25	31,50
Vanduo su apelsiniais	11264	150	0,05	0,01	0,63	2,75
Iš viso maitinimui:			<b>29,29</b>	<b>13,49</b>	<b>46,30</b>	<b>423,77</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	20556	140/10	8,16	3,69	23,39	159,38
Įvairių vaisių tyrėlė		190	1,33	0,95	30,16	134,50
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>9,48</b>	<b>4,64</b>	<b>53,55</b>	<b>293,89</b>
Iš viso dienai:			<b>44,15</b>	<b>23,98</b>	<b>147,78</b>	<b>983,54</b>

1 savaitė  
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška grikių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	24862	145/5	7,94	7,13	37,16	244,63
Sezoniniai vaisiai		110	0,44	0,00	6,71	28,60
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			<b>8,38</b>	<b>7,13</b>	<b>43,87</b>	<b>273,23</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avinžirnių sriuba su morkomis (augalinis) (tausojantis)	85725	100	2,80	1,97	18,03	101,08
Bulvių plokštainis	32700	175	5,67	4,13	46,94	247,59
Trinta varškė (9 proc. rieb.) su ekologišku natūraliu jogurtu (iki 3,8 proc. rieb.)	28725	25/15	4,82	2,82	1,22	49,54
Šviežių daržovių rinkinukas (kaliaropės, morkos, agurkai)	93785	110	1,24	0,08	7,31	34,88
Vanduo su citrina	1633	150	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			<b>14,61</b>	<b>9,02</b>	<b>74,25</b>	<b>436,61</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) ir ilgagrūdžių ryžių apkepas (tausojantis)	21158	140	16,86	13,21	17,99	258,30
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.) su trintomis šaldytomis uogomis	7195	25/15	1,18	0,94	3,78	28,25
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>18,05</b>	<b>14,14</b>	<b>21,77</b>	<b>286,56</b>
Iš viso dienai:			<b>41,04</b>	<b>30,30</b>	<b>139,89</b>	<b>996,40</b>

1 savaitė  
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	41289	145/5	6,79	7,50	36,48	240,56
Sezoniniai vaisiai		100	0,40	0,00	9,90	41,20
Nesaldinta arbata		150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			<b>7,38</b>	<b>7,65</b>	<b>46,88</b>	<b>285,85</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)(augalinis)	85730	100	3,06	1,72	13,75	82,72
Viso grūdo ruginė duona	14726	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Lašišos filė kepsnelis (tausojantis)	20261	70	15,61	12,67	0,41	178,14
Virtas kuskusas (tausojantis) (augalinis)	21344	80	1,39	1,89	8,42	56,27
Pekino kopūstų salotos su pomidorais, porais ir aliejumi	80924	90	1,08	3,25	4,40	51,16
Vanduo su kriaušėmis	13139	100	0,02	0,03	1,14	4,92
Iš viso maitinimui:			<b>23,00</b>	<b>19,86</b>	<b>41,80</b>	<b>437,96</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėtukai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	24692	90/30	10,42	5,41	32,23	219,27
Grietinė (30 proc. rieb.)	21670	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			<b>10,81</b>	<b>9,91</b>	<b>32,64</b>	<b>262,98</b>
Iš viso dienai:			<b>41,19</b>	<b>37,42</b>	<b>121,32</b>	<b>986,79</b>

1 savaitė  
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė su migdolų gėrimu ir alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	41290	147/3	6,76	6,34	31,70	210,85
Sezoniniai vaisiai		100	0,30	0,30	12,10	52,30
Ekologiškas varškės sūris (13 proc. rieb.)	29949	20	4,02	2,60	0,72	42,36
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			<b>11,08</b>	<b>9,24</b>	<b>44,52</b>	<b>305,51</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Baltagūžių kopūstų ir žaliųjų žirnelių sriuba su grietine (30 proc. rieb.) (tausojantis)	85734	95/5	1,48	4,61	8,59	81,73
Plikytų ryžių plovos su kiaulienos nugarine (tausojantis)	11492	100/50	19,34	11,04	33,37	310,18
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos)	93794	80	0,76	0,12	6,84	31,48
Vanduo su citrina	1633	150	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			<b>21,66</b>	<b>15,78</b>	<b>49,55</b>	<b>426,91</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	85740	147/3	6,14	5,24	19,99	151,74
Bandelė su cinamonu	6059	55	3,41	2,26	31,12	158,40
Iš viso maitinimui:			<b>9,55</b>	<b>7,50</b>	<b>51,11</b>	<b>310,14</b>
Iš viso dienai:			<b>42,29</b>	<b>32,52</b>	<b>145,17</b>	<b>1042,56</b>

2 savaitė  
Pirmadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepta pieniška avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	35464	147/3	6,50	6,30	30,34	204,05
Sezoniniai vaisiai		90	0,81	0,09	10,53	46,17
Plėšoma sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	6226	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Nesaldinta arbata		150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			<b>12,84</b>	<b>10,70</b>	<b>41,45</b>	<b>313,43</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų sriuba su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	73910	100	2,12	2,19	17,73	99,12
Orkaitėje kepti kapotos vištienos krūtinėlės filė kepsniukai (tausojantis)	42378	80	16,20	6,61	4,23	141,26
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	18608	80	4,15	2,47	17,55	109,00
Šviežių kopūstų salotos su morkomis ir aliejumi (augalinis)	51157	60	0,77	4,02	3,68	53,98
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	56278	40	0,32	0,08	1,10	6,40
Vanduo su apelsiniais	11264	150	0,05	0,01	0,63	2,75
Iš viso maitinimui:			<b>23,61</b>	<b>15,38</b>	<b>44,92</b>	<b>412,51</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) pyragas (tausojantis)	24953	100	13,52	14,63	28,70	300,54
Nesaldinta arbata		150	0,20	0,20	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			<b>13,72</b>	<b>14,77</b>	<b>29,20</b>	<b>304,63</b>
Iš viso dienai:			<b>50,17</b>	<b>40,85</b>	<b>115,57</b>	<b>1030,57</b>

2 savaitė  
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška ryžių dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	41291	145/5	5,42	6,86	31,95	211,18
Sezoniniai vaisiai		100	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			<b>6,42</b>	<b>7,26</b>	<b>55,35</b>	<b>312,40</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba su žiediniais kopūstais ir paprikomis (tausojantis) (augalinis)	85743	100	6,44	2,82	17,14	119,72
Kiaulienos kumpio maltinukas su avižų sėlenomis (tausojantis)	35106	70	14,65	8,11	3,16	144,20
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	10891	100	3,21	0,42	25,46	118,45
Pekino kopūstų salotos su paprikomis ir ridikėliais	80928	90	0,99	3,15	3,82	47,62
Vanduo su obuoliais	13141	100	0,03	0,00	0,73	3,03
Iš viso maitinimui:			<b>25,32</b>	<b>14,50</b>	<b>50,31</b>	<b>433,02</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtų bulvių ir varškės (9 proc. rieb.) kukuliai (tausojantis)	21161	75/35	8,17	5,41	31,54	207,52
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	21664	20	0,86	0,76	0,96	14,12
Kefyras (2,5 proc. rieb.)	24888	150	4,80	3,75	6,00	76,95
Iš viso maitinimui:			<b>13,83</b>	<b>9,92</b>	<b>38,50</b>	<b>298,59</b>
Iš viso dienai:			<b>45,56</b>	<b>31,68</b>	<b>144,16</b>	<b>1044,01</b>

2 savaitė  
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	41292	145/5	8,16	9,15	28,62	229,51
Sezoniniai vaisiai		100	0,90	0,40	14,80	66,40
Liofilizuotos uogos		5	0,45	0,10	1,70	9,50
Nesaldinta arbata		150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			<b>9,71</b>	<b>9,80</b>	<b>45,62</b>	<b>309,50</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	21216	100	1,16	1,01	9,84	53,10
Viso grūdo ruginė duona	14726	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Vištienos krūtinėlės filė troškiny su morkomis, žirneliais ir brokoliais (tausojantis)	39473	50/40	15,57	7,13	3,68	141,17
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	8661	100	2,13	2,93	17,49	104,83
Virtų burokėlių salotos su smulkintomis sėklomis	83222	65	1,94	2,62	8,02	63,46
Agurkų griežinėliai	72587	20	0,14	0,00	0,56	2,80
Vanduo su obuoliais	13141	100	0,03	0,00	0,73	3,03
Iš viso maitinimui:			<b>22,80</b>	<b>13,99</b>	<b>54,00</b>	<b>433,13</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Viso grūdo kvietinių miltų blynėliai su obuoliais ir cinamonu	17473	100	7,17	12,47	40,69	303,69
Trintos šaldytos uogos		25	0,17	0,10	2,20	10,33
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			<b>7,34</b>	<b>12,57</b>	<b>42,89</b>	<b>314,04</b>
Iš viso dienai:			<b>39,85</b>	<b>36,36</b>	<b>142,51</b>	<b>1056,67</b>

2 savaitė  
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	35468	145/5	6,96	5,81	38,16	232,69
Sezoniniai vaisiai		90	0,63	0,18	16,20	68,94
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			<b>7,59</b>	<b>5,99</b>	<b>54,36</b>	<b>301,63</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	63727	100	1,00	1,51	7,95	49,39
Skrebučiai su prieskoninėmis žolelėmis	26232	15	1,25	1,29	7,67	47,33
Orkaitėje kepta jūros lydekų filė su viso grūdo miltais (tausojantis)	27223	60	14,95	12,81	3,92	190,81
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	9943	80	2,17	0,12	19,98	89,69
Aisbergo salotos su pomidorais ir aliejumi	80929	80	0,82	2,16	3,66	37,34
Vanduo su apelsiniais	11264	150	0,05	0,01	0,63	2,75
Iš viso maitinimui:			<b>20,24</b>	<b>17,90</b>	<b>43,81</b>	<b>417,31</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grūdėta varškė (iki 7 proc. rieb.) su trintomis šaldytomis uogomis	24534	150/20	18,08	10,52	8,84	202,36
Grūdiniai trapučiai		15	1,23	0,35	11,93	55,73
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			<b>19,31</b>	<b>10,87</b>	<b>20,77</b>	<b>258,11</b>
Iš viso dienai:			<b>47,13</b>	<b>34,75</b>	<b>118,94</b>	<b>977,04</b>

2 savaitė  
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	35471	145/5	3,61	5,01	24,85	158,87
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	19066	25/3/12	4,50	5,73	11,69	116,37
Sezoniniai vaisiai		110	0,44	0,00	6,71	28,60
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>8,55</b>	<b>10,74</b>	<b>43,25</b>	<b>303,85</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vištienos krūtinėlės filė sultinys su makaronais (tausojantis)	73920	80/20	4,96	2,44	14,78	100,92
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas su manų kruopomis (tausojantis)	21162	130	19,82	12,09	15,74	251,09
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	21664	20	0,86	0,76	0,96	14,12
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, agurkai)	80930	80	0,68	0,04	5,28	24,20
Vanduo su citrina	1633	150	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			<b>26,40</b>	<b>15,35</b>	<b>37,52</b>	<b>393,86</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtos pieniškos a.r. dešrelės (tausojantis)	35107	100	9,75	13,50	2,25	169,50
Viso grūdo ruginė duona	14726	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Virtų burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	80932	65	1,00	0,98	6,49	38,77
Konservuoti žali žirnėliai	24026	30	1,32	0,09	3,75	21,09
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			<b>13,91</b>	<b>14,87</b>	<b>26,18</b>	<b>294,12</b>
Iš viso dienai:			<b>48,86</b>	<b>40,96</b>	<b>106,94</b>	<b>991,83</b>

3 savaitė  
Pirmadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška penkių (avižinių, miežinių, kvietinių, ruginių, sorų) grūdų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	9743	145/5	7,07	7,64	32,19	225,82
Trintos šaldytos uogos		20	0,08	0,02	3,66	15,10
Sezoniniai vaisiai		90	0,81	0,09	10,53	46,17
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			<b>7,96</b>	<b>7,75</b>	<b>46,37</b>	<b>287,09</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba su morkomis (tausojantis) (augalinis)	68450	100	6,80	1,65	20,55	124,26
Virti makaronai su malta jautienos nugarine (tausojantis)	41624	120/40	18,91	5,76	23,61	221,95
Šviežių kopūstų salotos su morkomis, porais, obuoliais ir aliejumi (augalinis)	46582	80	1,01	4,04	5,77	63,54
Vanduo su citrina	1633	150	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			<b>26,81</b>	<b>11,48</b>	<b>50,67</b>	<b>413,28</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	20418	100	18,06	12,09	26,55	287,21
Trintos šaldytos uogos		25	0,17	0,10	2,20	10,33
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>18,23</b>	<b>12,18</b>	<b>28,75</b>	<b>297,55</b>
Iš viso dienai:			<b>53,00</b>	<b>31,42</b>	<b>125,79</b>	<b>997,91</b>

3 savaitė  
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ilgagrūdžių ryžių košė su migdolų gėrimu (tausojantis)(augalinis)	41293	150	4,30	6,14	41,94	240,22
Sezoniniai vaisiai		100	0,90	0,40	14,80	66,40
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			<b>5,20</b>	<b>6,54</b>	<b>56,74</b>	<b>306,64</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (tausojantis)	85749	100	1,02	0,88	9,16	48,59
Grietinė (30 proc. rieš.)	21670	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Kalakutienos kumpelių mėsos kotletai su paprika ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieš.) (tausojantis)	42101	50/10/12	15,50	11,06	1,66	168,19
Virti griekiai (tausojantis) (augalinis)	21343	70	3,15	0,78	17,33	88,88
Morkų salotos su smulkintomis saulėgražomis (augalinis)	80937	50	1,20	4,53	6,26	70,58
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	28379	40	0,34	0,08	1,72	8,96
Vanduo su apelsiniais	11264	150	0,05	0,01	0,63	2,75
Iš viso maitinimui:			<b>21,65</b>	<b>21,82</b>	<b>37,17</b>	<b>431,63</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvės su fermentiniu sūriu (45 proc. rieš.) (tausojantis)	9598	100/20	8,14	9,68	27,12	228,20
Kefyras (2,5 proc. rieš.)	24888	150	4,80	3,75	6,00	76,95
Iš viso maitinimui:			<b>12,94</b>	<b>13,43</b>	<b>33,12</b>	<b>305,15</b>
Iš viso dienai:			<b>39,79</b>	<b>41,79</b>	<b>127,03</b>	<b>1043,41</b>

3 savaitė  
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	41295	145/5	4,44	4,68	35,08	200,17
Varškės sūrelis be glaišto (iki 9 proc. rieb.)	21163	50	7,35	3,95	7,40	94,55
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>11,79</b>	<b>8,63</b>	<b>42,48</b>	<b>294,73</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su morkomis (augalinis) (tausojantis)	63725	100	5,70	1,89	20,29	120,99
Orkaitėje keptas kiaulienos kumpio kepsnys „Netikras zuikis“ (tausojantis)	30510	80	14,34	8,41	8,93	168,75
Bulvių košė su krapais (tausojantis)	24028	80	2,06	2,10	16,54	93,36
Virtų burokėlių ir obuolių salotos su aliejumi (augalinis)	80935	75	1,02	1,87	7,28	50,06
Agurkų griežinėliai	72587	20	0,14	0,00	0,56	2,80
Vanduo su citrina	1633	150	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			<b>23,35</b>	<b>14,30</b>	<b>54,35</b>	<b>439,48</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti kiaušiniai (tausojantis)	6084	90	11,43	9,81	0,81	137,25
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	22144	30/5	1,86	4,40	13,72	101,90
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	56278	40	0,32	0,08	1,10	6,40
Sezoniniai vaisiai		100	0,40	0,00	9,90	41,20
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			<b>14,01</b>	<b>14,29</b>	<b>25,53</b>	<b>286,75</b>
Iš viso dienai:			<b>49,14</b>	<b>37,21</b>	<b>122,37</b>	<b>1020,96</b>

3 savaitė  
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	35484	145/5	5,94	6,13	29,54	197,06
Sezoniniai vaisiai		90	0,63	0,18	16,20	68,94
Plėšoma sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	25173	10	2,67	2,08	0,04	29,56
Nesaldinta arbata		150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			<b>9,44</b>	<b>8,53</b>	<b>46,28</b>	<b>299,65</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	19181	100	0,84	0,94	5,47	33,72
Viso grūdo ruginė duona	14726	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Lašišos filė kepsnelis su česnakais (tausojantis)	23215	70	14,56	12,78	1,65	179,88
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	9943	80	2,17	0,12	19,98	89,69
Šviežių daržovių rinkinukas (aisbergo salotos, agurkas, pomidoras)	24962	90	0,81	0,15	3,48	18,51
Vanduo su apelsiniais	11264	150	0,05	0,01	0,63	2,75
Iš viso maitinimui:			<b>20,26</b>	<b>14,30</b>	<b>44,90</b>	<b>389,29</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų ir kvietinių miltų blynėliai	24695	80	5,97	11,59	40,75	291,16
Trintos šaldytos uogos		20	0,08	0,02	3,66	15,10
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			<b>6,05</b>	<b>11,61</b>	<b>44,41</b>	<b>306,28</b>
Iš viso dienai:			<b>35,75</b>	<b>34,43</b>	<b>135,58</b>	<b>995,22</b>

3 savaitė  
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška trijų (avižių, miežių, kviečių) grūdų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	9739	145/5	7,41	7,57	31,59	224,10
Sezoniniai vaisiai		100	0,30	0,30	12,10	52,30
Liofilizuotos uogos		5	0,20	0,20	2,10	11,00
Nesaldinta arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			<b>7,91</b>	<b>8,07</b>	<b>45,79</b>	<b>287,42</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žiedinių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	64850	100	2,57	3,25	11,84	86,89
Viso grūdo ruginė duona	8513	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Vištienos krūtinėlės filė maltinukas su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	42385	70/10	21,01	5,43	7,66	163,56
Virtos bulgur kruopos (tausojantis) (augalinis)	27594	60	3,08	1,24	18,98	99,32
Baltagūžių kopūstų ir agurkų salotos (augalinis)	80323	80	0,95	2,74	3,17	41,17
Vanduo su apelsiniais	11264	150	0,05	0,01	0,63	2,75
Iš viso maitinimui:			<b>28,87</b>	<b>12,86</b>	<b>51,40</b>	<b>436,85</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška ilgagrūdžių ryžių sriuba (tausojantis)	64638	150	4,61	6,40	26,54	182,18
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	19066	25/3/12	4,50	5,73	11,69	116,37
Nesaldinta arbata		150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			<b>9,31</b>	<b>12,28</b>	<b>38,73</b>	<b>302,65</b>
Iš viso dienai:			<b>46,09</b>	<b>33,21</b>	<b>135,92</b>	<b>1026,91</b>