

PANEVĖŽIO R. RAGUVOS LOPŠELIS-DARŽELIS

„SKRUZDĖLIUKAS“

(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 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.00 iki 17.30 val.



1 savaitė
Pirmadienis

1 – 3 metų vaikams
Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė	42	120	4,69	4,63	20,34	91,13
Uogienė	42	12	0,07	-	8,54	32,52
Ryžių trapučiai		20	1,60	0,48	16,40	73,80
Juoda arbata	80	100	-	-	3,33	12,47
Vaisiai		1vnt	0,80	-	8,10	47,00
Iš viso:			7,16	5,11	57,21	256,92

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių-perlinių kr. sriuba (tausojantis) (augalinis)	49	100	2,00	3,65	6,55	47,93
Maltinis (kiaulienos kumpinė) (tausojantis)	40	65	13,47	2,83	6,23	124,60
Bulvių košė	14	70	1,66	0,69	11,98	57,78
Žalių kopūstų salotos	79	40	0,76	4,01	4,31	59,88
Šviežių daržovių rinkinukas	91	30	0,23	0,01	1,24	5,84
Ruginė (viso grūdo) duona		25	1,85	0,40	10,66	53,83
Geriamas vanduo		150	-	-	-	-
Iš viso:			19,97	11,58	40,96	349,86

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškės kubeliai	68	75	12,52	6,19	14,88	163,29
Jogurto padažas	68	12	0,13	4,50	0,15	39,84
Aviečių arbata	85	100	-	-	3,33	12,47
Iš viso:			12,65	10,69	18,36	215,60
Iš viso (dienos davinio):			39,78	27,38	116,53	822,38



Direktorė: Augutė Janulienė

1 savaitė
Antradienis

1 – 3 metų vaikams

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su sviestu 82%	10	120/5	4,50	7,01	19,91	163,24
Plėšomos sūrio lazdelės 40%		20	5,40	1,70	11,20	63,00
Juoda arbata su citrina	6	100	0,02	-	3,33	12,47
Iš viso:			9,92	8,71	34,44	238,71

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba (tausojantis)	57	100	2,79	2,10	10,47	69,48
Lašišos kepsneliai (atvėsinta laš) (tausojantis)	89	80	17,81	0,25	2,27	104,19
Biri grikių kruopų košė	12	40	1,78	1,97	13,59	75,73
Burokėlių salotos	11	60	1,17	6,67	7,09	114,63
Geriamas vanduo pagardintas citrina		100	0,09	-	0,33	2,79
Iš viso:			23,64	10,99	33,75	366,82

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvės keptos orkaitėje (augalinis)	75	170	3,90	0,25	38,55	161,00
Kefyras	76	120	3,60	-	4,56	36,00
Vaisiai		0,5vnt.	0,75	-	11,20	45,50
Iš viso:			8,25	0,25	54,31	242,50
Iš viso (dienos davinio):			41,81	19,95	122,50	848,03



Direktorė: Augutė Janulienė



1 savaitė
Trečiadienis

1 – 3 metų vaikams
Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avokado- kiaušinių salotos	67	65	5,48	12,44	2,55	126,68
EKO jogurtas „Bios“ 3.8% pagardintas uogomis		125	4,38	1,86	16,13	103,75
Erškėtrožių žiedlapių arbata	86	100	-	-	3,32	12,47
Iš viso:			9,86	14,30	22,00	242,62

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su konservuotais ž.žirneliais (tausojantis) (augalinis)	23	100	0,82	1,43	4,63	31,63
Kepta paukštienos filė (vištienos krūtinėlės filė) (tausojantis)	31	50	13,84	8,65	3,26	135,27
Biri ryžių kruopų košė	13	40	1,21	2,11	13,77	45,54
Žalių daržovių salotos	78	50	0,72	2,52	2,56	37,57
Šviežių daržovių rinkinukas	91	30	0,23	0,01	1,24	5,84
Ruginė (viso grūdo) duona		25	1,85	0,40	10,66	53,83
Geriamas vanduo		120	-	-	-	-
Iš viso:			18,67	15,12	33,36	343,24

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai su sūriu ir daržovėmis	99	100	6,89	8,17	27,25	207,42
Jogurto padažas	99	30	3,36	3,84	5,64	69,60
Kmylių arbata	81	100	-	-	3,33	12,47
Vaisiai		1vnt.	0,40	-	10,70	42,00
Iš viso:			10,25	12,01	46,92	331,49
Iš viso (dienos davinio):			38,78	41,43	102,28	917,35



Direktorė: Augutė Janulienė



1 savaitė
Ketvirtadienis

1 – 3 metų vaikams

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Griekių kruopų košė su džiovintais vaisiais (augalinis)	25	120/10	4,22	5,44	23,86	155,35
Sumuštinis su lydytu sūriu 22% ir agurku	64	30/15/10	4,12	3,96	16,72	120,20
Juoda arbata su citrina	6	100	0,02	-	3,33	12,47
Iš viso:			8,36	9,40	43,91	288,02

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų sriuba (tausojantis)	59	100	2,09	1,66	12,10	60,98
Troškinti jautienos kukuliai (tausojantis)	92	75	12,03	12,16	9,12	182,33
Biri perlinių kruopų košė	15	40	1,22	1,74	9,64	56,73
Šviežias pomidoras ir agurkas	65	60	0,39	-	2,04	9,60
Geriamas vanduo pagardintas citrina		120	0,09	-	0,33	2,79
Iš viso:			15,84	15,56	33,23	312,43

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Cukinių sklindžiai	90	150	5,21	9,44	16,46	162,08
Grietinė 30% padažas	90	15	0,39	4,50	0,41	37,20
Mėtų arbata	87	100	-	-	3,33	12,47
Vaisiai		1 vnt.	0,21	-	2,67	11,61
Iš viso:			5,81	13,94	22,87	223,36
Iš viso (dienos davinio):			30,01	38,90	100,01	823,81



Direktorė: Augutė Janulienė



1 savaitė
Penktadienis

1 – 3 metų vaikams

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai (augalinis)	47	150	7,93	7,88	30,51	234,30
Morkų, obuolių ir spanguolių salotos	47	35	0,82	1,72	3,15	27,86
Aviečių arbata	85	100	-	-	3,32	12,47
Iš viso:			8,75	9,60	36,98	274,63

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis)	46	100	1,78	1,73	4,95	40,30
Ruginė (viso grūdo) duona		25	1,85	0,40	10,66	53,83
Kalakutienos filė guliašas (tausojantis)	32	100	11,17	10,07	5,75	158,53
Bulvių košė	14	70	1,66	0,69	11,98	57,78
Pekino kopūstų, agurkų-pomidorų salotos	9	70	0,73	4,20	2,29	43,68
Geriamas vanduo		120	-	-	-	-
Iš viso:			17,19	17,09	35,63	354,12

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių-varškės 9% kukuliai	84	120	10,48	5,27	38,51	233,30
Sviesto 82%-grietinės 30% padažas	84	15	0,52	0,22	1,94	12,45
Kmylių arbata	81	100	0,39	0,29	3,33	12,47
Vaisiai		1 vnt	0,06	-	9,00	45,00
Iš viso:			11,45	5,78	52,78	303,22
Iš viso (dienos davinio):			35,39	32,47	125,39	931,97



Direktorė Augutė Janušienė



2 savaitė
Pirmadienis

1 – 3 metų vaikams

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė pagardinta džiovintais vaisiais (augalinis)	29	120	5,04	5,17	23,41	154,56
Grikių trapučiai		20	1,60	0,48	16,40	73,80
Juoda arbata su citrina	6	100	0,02	-	3,33	12,47
Vaisiai		0.5vnt.	0,40	-	4,90	22,50
Iš viso:			7,06	5,65	48,04	263,33

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su daržovėmis (tausojantis)	41	100	2,11	3,66	7,34	48,82
Balandėlis (Kiaulienos kumpinė) (tausojantis)	19	108/50	10,41	17,52	11,58	155,93
Virtos bulvės	70	80	1,75	0,11	17,32	72,78
Konservuotas agurkas	26	60	3,06	-	1,40	20,80
Ruginė (viso grūdo) duona		25	1,85	0,40	10,66	53,83
Geriamas vanduo		120	-	-	-	-
Iš viso:			19,18	21,68	48,30	352,16

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynai iš viso grūdo kvietinių miltų	18	100	6,34	16,94	45,01	297,89
Uogienė	18	10	0,06	-	0,31	27,10
Mėtų arbata	81	100	-	-	3,33	12,47
Iš viso:			6,40	16,94	48,65	337,46
Iš viso (dienos davinio):			32,64	44,29	144,99	952,95



Direktorė: Augutė Janulienė



2 savaitė
Antradienis

1 – 3 metų vaikams
Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė	62	120	2,96	2,08	33,00	151,10
Uogienė	62	12	0,07	-	0,38	32,52
Plėšomos sūrio lazdelės 40%		20	5,40	1,70	11,20	63,00
Juoda arbata	80	100	-	-	3,33	12,47
Vaisiai		1vnt	0,21	-	2,82	12,54
Iš viso:			8,64	3,78	59,37	271,63

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių-perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	48	100	3,63	3,77	9,62	66,80
Ruginė (viso grūdo) duona		25	1,85	0,40	10,66	53,83
Paukštienos (vištienos krūtinėlės filė) (tausojantis)	60	100	14,41	5,69	3,03	119,45
Birūs pilno grūdo makaronai	82	40	1,68	2,30	9,17	63,09
Brokolių-spanguolių salotos	93	60	0,39	-	2,04	9,60
Geriamas vanduo pagardintas citrina		100	0,09	-	0,33	2,79
Iš viso:			22,05	12,16	34,85	315,56

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulviniai paplotėliai	17	100	5,40	6,70	44,83	252,44
Jogurto padažas	17	15	0,52	0,22	1,93	12,45
Aviečių arbata	85	100	-	-	3,33	12,47
Iš viso:			5,92	6,92	50,09	277,36
Iš viso (dienos davinio):			36,61	22,86	144,31	864,55



Direktorė: Augutė Janulionė



2 savaitė
Trečiadienis

1 – 3 metų vaikams

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su a/r virta dešra	51	90/20	10,12	14,01	9,18	182,73
Konservuotas agurkas	26	30	1,53	-	0,71	10,40
Ruginė (viso grūdo) duona		25	1,85	0,40	10,66	53,83
Juoda arbata	80	100	-	-	3,33	12,47
Iš viso:			13,50	14,41	23,88	259,43

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulviene su kvietinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	52	100	2,36	1,32	12,43	56,47
Žuvies maltinis (atvėsinta lašiša) (tausojantis)	77	50	7,62	4,96	7,81	123,28
Bulvių košė	14	70	1,66	0,69	11,98	57,78
Burokėlių salotos	11	60	1,16	8,39	7,08	107,43
Geriamas vanduo		120	-	-	-	-
Iš viso:			12,80	15,36	39,30	344,96

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9%-ryžių apkepas	71	80	4,85	11,10	26,21	147,94
Grietinės 30%-uogienės padažas	71	15	0,24	2,25	5,54	34,88
Erškėtrožių žiedlapių arbata	86	100	-	-	3,33	12,47
Vaisiai		0,5vnt.	0,75	-	11,20	45,50
Iš viso:			5,84	13,35	46,28	240,79
Iš viso (dienos davinio):			32,14	43,12	109,46	845,18



Direktorė, Augutė Janulienė



2 savaitė
Ketvirtadienis

1 – 3 metų vaikams

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Dribsnių „Pasaka“ košė (penkių grūdų)	21	120	4,87	5,55	22,19	137,00
Sumuštinis su varškės 22% sūriu	33	30/15	4,35	6,10	14,70	133,09
Juoda arbata su citrina	6	100	0,02	-	3,33	13,31
Iš viso:			9,24	11,65	40,22	283,40

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	53	100	5,03	2,53	10,84	75,77
Maltos mėsos šnicelis (kiauliena kumpinė) (tausojantis)	36	75	16,13	3,44	8,58	148,62
Biri ryžių kruopų košė	13	40	0,99	1,69	11,02	60,32
Žalių daržovių salotos	78	50	0,72	2,52	2,56	37,57
Šviežių daržovių rinkinukas	91	30	0,23	0,01	1,24	5,84
Geriamas vanduo		120	-	-	-	-
Iš viso:			23,00	10,18	34,34	328,12

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis)	38	145	3,05	6,09	27,64	213,81
Kakava su pienu 2,5%	27	100	1,89	1,61	6,23	35,43
Vaisiai		1vnt	0,40	-	10,70	42,00
Iš viso:			5,34	7,70	44,57	291,24
Iš viso (dienos davinio):			31,68	29,54	118,00	902,76



Direktorė: Augutė Janulienė



2 savaitė
Penktadienis

1 – 3 metų vaikams
Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežių kruopų košė	35	120	3,84	5,03	19,34	132,70
Sumuštinis su lydytu sūriu 22% ir agurku	64	30/15/10	4,12	3,96	16,72	120,20
Erškėtrožių žiedlapių arbata	86	10	-	-	3,33	12,47
Iš viso:			7,89	8,99	39,11	263,97

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	34	100	1,89	1,73	4,16	37,53
Maltos mėsos kukulis (kiaulienos kumpinė) (tausojantis)	33	70/20	14,34	7,44	7,84	170,34
Biri grikių kruopų košė	12	40	1,78	1,97	13,59	75,73
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos	9	60	0,39	-	2,04	9,60
Rūginė (viso grūdo) duona		25	1,85	0,40	10,66	53,83
Geriamas vanduo		120				
Iš viso:			20,12	11,54	48,41	387,03

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su virtomis bulvėmis	95	150	5,56	4,16	12,35	121,56
Jogurto padažas	95	15	0,52	0,22	1,93	12,45
Juoda arbata su pienu 2,5%	7	100	1,40	1,25	5,68	37,97
Vaisiai		1vnt	0,80	-	8,10	47,00
Iš viso:			8,28	5,63	28,06	218,98
Iš viso (dienos davinio):			36,29	26,16	115,58	869,98



Direktorė: Augutė Janulienė



3 savaitė
Pirmadienis

1 – 3 metų vaikams

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė pagardinta džiovintais vaisiais (augalinis)	29	120/10	5,04	5,17	23,41	154,56
EKO jogurtas „BIOS“ pagardintas uogomis (šaldytos)		125	4,38	1,86	16,13	103,75
Aviečių arbata	80	100	-	-	3,33	12,47
Iš viso:			9,42	7,03	42,87	270,78

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška pupelių sriuba (tausojantis)	53	100	3,47	2,55	10,19	62,58
Kalakutienos filė maltinis (tausojantis)	28	70	13,51	5,29	6,42	134,17
Bulvių košė	14	70	1,66	0,69	11,98	57,78
Žalių daržovių salotos	78	40	0,72	2,52	2,56	37,57
Šviežių daržovių krepšelis	91	30	0,23	0,01	1,24	5,84
Geriamas vanduo pagardintas citrina		100	0,09	-	0,33	2,79
Iš viso:			19,68	11,05	42,28	338,28

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų kotletai	95	150	5,08	3,26	26,29	131,75
Grietinės 30 % padažas	95	20	0,30	9,99	0,67	94,00
Kakava su pienu 2,5%	27	100	1,87	1,60	8,88	35,43
Vaisiai		1 vnt.	0,40	-	10,70	42,00
Iš viso:			7,65	14,85	46,54	303,18
Iš viso (dienos davinio):			36,75	32,93	131,69	912,24

Direktorė: Augutė Janulienė



3 savaitė
Antradienis

1 – 3 metų vaikams

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Dribsnių „Pasaka“ košė pagardinta džiovintais vaisiais (penkių grūdų) (augalinis)	21	120	4,49	5,32	23,78	154,45
Duoniukai		20	2,12	0,42	14,46	53,80
Juoda arbata su citrina	6	100	0,02	-	3,50	13,17
Vaisiai		0,5vnt	0,75	-	11,20	45,00
Iš viso:			7,38	5,74	52,94	266,42

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	93	100	3,13	2,53	12,61	113,07
Ryžių-daržovių-mėsos troškiny (kiaulienos kumpinė) (tausojantis)	61	155	15,28	10,39	23,10	255,60
Konservuotas agurkas	26	60	2,44	-	1,42	20,80
Geriamas vanduo		120	-	-	-	-
Iš viso:			20,85	12,92	37,13	389,47

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% apkepas	72	80	15,00	14,01	18,64	247,55
Jogurtas	72	5	0,13	1,50	0,14	12,40
Uogienė	72	5	0,03	-	3,56	13,55
Erškėtrožių žiedlapių arbata	81	120	-	-	3,33	12,47
Iš viso:			15,16	15,51	25,67	285,97
Iš viso (dienos davinio):			43,39	34,17	115,74	941,86



Direktorė: Augutė Janulienė



3 savaitė
Trečiadienis

1 – 3 metų vaikams

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaušinių-ž. žirnelių salotos	69	55	5,81	11,70	0,56	131,00
Sumuštinis su lydytu sūriu ir agurku	64	30/15/10	4,12	3,96	16,72	120,20
Juoda arbata su citrina	87	100	0,09	-	3,33	12,47
Iš viso:			10,02	15,66	20,61	263,67

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronų sriuba (tausojantis) (augalinis)	37	150	2,31	3,61	8,17	55,42
Paukštienos (vištienos krūtinėlės file) maltinis (tausojantis)	74	60	14,16	3,09	9,64	122,27
Biri ryžių kruopų košė	13	40	0,99	1,68	11,02	60,43
Brokolių-spanguolių salotos	93	60	0,39	-	2,04	9,60
Ruginė (viso grūdo) duona		25	1,85	0,40	10,66	53,83
Geriamas vanduo		120	-	-	-	-
Iš viso:			19,70	8,38	41,86	304,34

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų kotletukai su sūriu	98	120	7,28	3,04	29,66	178,86
Jogurto padažas su agurkais	98	30	0,63	0,22	2,36	14,55
Kmynų arbata	81	100	0,39	0,29	3,33	12,47
Vaisiai		1vnt.	0,40	-	10,70	42,00
Iš viso:			8,70	3,55	46,05	247,88
Iš viso (dienos davinio):			38,42	27,59	108,52	815,89



3 savaitė
Ketvirtadienis

1 – 3 metų vaikams

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su sviestu 82%	45	135/4	1,29	3,94	31,68	184,67
Plėšomos sūrio lazdelės 40%		20	5,40	1,70	11,20	63,00
Erškėtrožių žiedlapių arbata	80	100	-	-	3,33	12,47
Iš viso:			6,69	5,64	46,21	260,14

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų-perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	44	100	2,06	1,72	5,92	45,95
Mėsos-varškės 9% maltinis (kiaulienos kumpinė) (tausojantis)	39	65	16,72	10,13	3,76	192,23
Bulvių košė	14	70	1,66	0,69	11,98	57,78
Šviežias agurkas ir pomidoras	65	60	0,39	-	2,04	9,60
Ruginė (viso grūdo) duona		25	1,85	0,40	10,66	53,83
Geriamas vanduo		120	-	-	-	-
Iš viso:			22,68	12,94	34,36	359,39

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ežiukai iš miltų	8	130	7,54	1,74	28,01	187,67
Sviesto 82%-grietinės 30% padažas	8	12	0,23	5,70	0,26	49,76
Mėtų arbata	87	100	-	-	3,33	12,47
Vaisiai		1vnt	0,40	0,10	9,80	45,00
Iš viso:			8,17	7,54	40,40	294,90
Iš viso (dienos davinio):			37,54	26,12	117,97	914,43



Direktore: Augutė Janulienė



3 savaitė
Penktadienis

1 – 3 metų vaikams

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių kruopų košė pagardinta džiovintais vaisiais (augalinis)	10	120	4,66	7,02	19,91	163,24
Grikių trapučiai		20	1,60	0,48	16,40	73,80
Juoda arbata	80	100	-	-	3,33	12,47
Iš viso:			6,6,26	7,50	39,64	249,51

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų sriuba (tausojantis)	56	100	2,09	1,66	12,10	60,98
Lašišos kepsnys (atvėsinta lašiša) (tausojantis)	90	60	17,81	0,25	2,27	104,19
Agurkų – jogurto padažas	90	20	0,35	0,32	0,69	7,30
Biri pilno grūdo makaronų košė	82	40	1,68	2,30	9,17	63,09
Burokėlių salotos	11	60	1,16	8,39	7,88	107,43
Geriamas vanduo spagardintas citrina		120	0,09	-	0,33	2,79
Iš viso:			23,18	12,92	32,44	345,78

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtiniai su varške	73	100	8,84	3,48	24,42	164,21
Grietinės 30% padažas	95	20	0,30	9,99	0,67	94,00
Žolelių arbata		100	-	-	3,33	12,47
Vaisiai		1vnt	0,80	-	8,10	47,00
Iš viso:			9,94	13,47	36,52	317,68
Iš viso (dienos davinio):			38,41	34,39	133,47	963,49



Direktorė: Augustė Janušienė

