

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 kuskuso kruopų košė su sviestu 82%, vyšniomis		150/4/15	7,95	3,78	49,00	261,79
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Obuoliai		100	0,4	0,1	9,8	45
Iš viso:			8,37	3,89	59,12	308,30

Pietūs val. 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su vištienos kukulaičiais, grietine 30%		150/15/4	9,81	3,97	13,05	119,25
Duona ruginė		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Ryžių plovai su kalakutienos šlaunelių mėsa, sviestu 82%		100/50/4	12,99	10,62	24,26	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
Iš viso:			24,82	14,98	49,43	430,86

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	21,11	22,28	23,19	390,09
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
Iš viso:			22,16	23,12	26,10	413,49
Iš viso (dienos davinio):			55,35	41,99	134,65	1152,65

Lopšelis1 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	
Griekiai su sviestu 82%, daržovėmis		150/4	3,06	6,89	22,69	164,86
Trapučiai		10	1,44	0,23	7,68	38,90
Arbata vaisinė be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušės		100	0,4	0,3	9,5	42
Iš viso:			4,90	7,42	39,87	245,76

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 su grietine 30%		150/5	2,17	5,49	8,88	73,82
Duona šviesi pilno grūdo		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Vištienos file kepsneliai kepti konvekciniėje krosnyje		60	13,85	8,76	5,99	167,82
Troškintos daržovės su sviestu 82%		70/5	1,58	8,33	15,78	142,02
Daržovių rinkinukas(paprika, ridikėliai)		20/20	0,40	0,06	2,12	10,64
Stalo vanduo, paskanintas obuoliais		100/5	0,02	0,02	0,65	2,86
Iš viso:			19,14	22,88	42,08	436,96

Vakarienė val. 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė su sviestu 82%		150/5	9,48	10,43	24,84	229,87
Kefyras 2,5%		100	2,8	2,50	4,10	59,00
Iš viso:			12,28	12,93	28,94	288,87
Iš viso (dienos davinio):			36,32	43,23	110,89	971,59

Lopšelis
1 savaitė
Trečiadienis

-3-

Pusryčiai val.8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82%, sezamo sėklomis		150/4/3	6,25	7,21	28,62	204,34
Pienas 2,5%		100	2,8	2,50	4,70	52,00
Kiviai		100	1,00	1,00	14,00	64,00
Iš viso:			10,05	10,71	47,32	320,34

Pietūs val.12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, su grietine 30%		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-pomidorų padaže konvekciniėje krosnyje		60/10	18,36	8,07	5,71	152,24
Makaronai viso grūdo su sviestu 82%		40/5	0,85	4,17	7,58	70,77
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
Iš viso:			24,26	15,81	38,95	379,55

Vakarienė val. 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškintos bulvės su vištiena, sviestu 82%,		100/20/5	8,09	8,63	21,37	139,67
Rauginti agurkai, pomidorai		35/35	0,63	0,14	2,24	12,74
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
Iš viso:			10,18	9,01	31,61	192,82
Iš viso (dienos davinio):			44,49	35,53	117,88	892,71

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 kukurūzų kruopų košė su sviestu 82%, kriaušėmis		150/4/15	6,00	5,60	36,94	214,44
Erškėtrožių arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Mandarinai		100	0,7	0,3	9,4	43,00
Iš viso:			6,70	5,90	46,34	257,44

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 su grietine 30%		150/4	2,33	4,40	15,99	101,14
Duona ruginė		20	1.12	0.22	8.66	39.80
Žuvies file kepsneliai apkepti po troškinti konvekciniėje krosnyje		60	12,81	8,34	5,99	137,66
Žiedinių kopūstų salotos su žalumynais, su aliejumi (saulėgrąžų)		50	1,67	6,07	8,33	93,79
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
Iš viso:			18,42	19,11	40,96	382,99

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	10,44	11,90	8,47	186,05
Agurkai, paprika, brokoliai		20/20/20	0,42	0,14	1,78	10,06
Duona pilno grūdo su sviestu 82%		20/5	1.15	4.35	8.70	77.20
Arbatžolių arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,01	16,39	18,95	273,31
Iš viso (dienos davinio):			37,13	41,40	106,25	913,74

Pusryčiai val. 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu 82%, bananais		130/4/20	6,17	7,08	28,12	210,21
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Obuoliai		100	0,4	0,1	9,8	45,00
Iš viso:			6.59	7.19	38,24	256,72

Pietūs val.12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų su pomidorais sriuba su grietine 30%		150/4	1,77	3,21	10,62	79,22
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%		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
Iš viso:			19,35	14,21	35,19	344,43

Vakarienė val. 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai viso grūdo su vištienos šlaunelių faršu, sviestu 82%		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
Iš viso:			9,13	6,50	38,85	205,78
Iš viso (dienos davinio):			35,07	27,90	112,28	806,93

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		150/4/15/3	6,59	7,85	28,30	199,08
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Bananai		100	1,5	0,1	21,00	89,00
Iš viso:			8,11	7,96	49,62	289,58

Pietūs val.* 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su grietine 30%		150/4	3,89	3,48	13,44	97,38
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
Griekiai su sviestu 82%		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
Iš viso:			22,56	16,24	55,67	455,10

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	196,00
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
Iš viso:			15,76	10,94	18,18	219,40
Iš viso (dienos davinio):			46,43	35,14	123,47	964,08

Lopšelis
2 savaitė
Antradienis

-7-

Pusryčiai val. 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai viso grūdo su sviestu 82%		150/4	8,56	5,55	37,90	225,68
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
Iš viso:			12,96	8,88	53,50	350,68

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%		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		60/20	14,86	12,44	3,77	202,60
Bulvių košė su morkomis, sviestu 82%		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
Iš viso:			18,85	17,47	28,49	365,12

Vakarienė val. 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba su sviestu 82%		150/2	4,80	7,02	18,35	174,88
Kvietinės duonos skrebutis		20	1,48	0,32	8,56	46,60
Iš viso:			6,28	7,34	26,91	221,48
Iš viso (dienos davinio):			38,09	33,69	108,90	937,28

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		150/4/20	4,74	5,42	26,04	171,79
Kmynų arbata be cukraus		100	0.00	0.00	0.00	0.00
Kiviai		100	1.00	1.00	14.00	64.00
Iš viso:			5,74	6,42	40,04	235,79

Pietūs val.* 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su grietine 30 %		150/4	1,33	3,25	7,09	64,35
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%		40/5	1,06	5,73	11,11	97,83
Morkų salotos su saulėgrąžų 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
Iš viso:			19,40	17,17	39,65	392,12

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
Iš viso:			8,71	15,14	43,59	287,40
Iš viso (dienos davinio):			33,85	38,73	123,28	915,31

Lopšelis
2 savaitė
Ketvirtadienis

-9-

Pusryčiai val. 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	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	1.16	6.00	8.72	92.22
Kakava su pienu 2.5%		100	2.12	1.68	3,35	36,96
Kriaušės		100	0.4	0.3	9.5	42.00
Iš viso:			11.68	13.98	26,70	277,80

Pietūs val.12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su grietine 30%		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 maltiniai, kepti konvekciniėje krosnyje		60	12,45	3,78	7,73	118,38
Troškinti burokėliai su pomidorų padažu		50	0.71	6,39	5,63	104.17
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
Iš viso:			16,50	14,69	33,20	353,44

Vakarienė val. 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų košė su sviestu, varške 9%		150/4	9,11	8,11	26,10	209,17
Natūralus jogurtas		125	3,50	3,13	7,50	85,00
Arbatžolių arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,61	33,60	294,17	
Iš viso (dienos davinio):			40,79	39,91	93,50	925,41

Lopšelis2 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, su sviestu 82%		150/3/4	4,44	6,54	26,60	201,73
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Bananai		100	1.5	0.1	21.0	89.00
Iš viso:			5,96	6,65	47,92	292,24

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%		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		80/10	16,25	11,74	6,34	193,96
Virtos bulvės su sviestu 82%		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
Iš viso:			27,73	26,92	56,10	545,92

Vakarienė val. 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su sviestu 82%		150/4	5,22	4,58	59,04	176,56
Pienas 2,5%		100	2,8	2,50	4,70	52,00
Iš viso:			8,02	7,08	63,74	228,56
Iš viso (dienos davinio):			41,71	40,65	167,76	1066,72

Lopšelis3 savaitė
Pirmadienis

-11-

Pusryčiai val. 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82%, braškėmis		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
Iš viso:			6,69	7,33	38,74	250,85

Pietūs val.12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronų viso grūdo sriuba su vištienos file gabaliukais		150/15	8,86	2,83	16,23	118,90
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%		40/5	0,6	1,50	3,85	31,58
Troškinti kopūstai su sviestu 82%		50/4	0,73	2,89	3,35	103,85
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
Iš viso:			25,35	13,67	38,31	414,34

Vakarienė val. 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių troškiny su morkomis ir bulvėmis sviestu 82%, grietine 30%		150/5/5	4,35	8,06	31,62	195,55
Duona tamsi pilno grūdo		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Kmynų arbata be cukraus		100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			5,47	8,28	40,28	235,35
Iš viso (dienos davinio):			37,51	29,28	117,33	900,54

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su cukinijomis, daržovėmis, sviestu 82%		150/4	3,74	7,95	26,67	193,16
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Kriaušės		100	0,4	0,3	9,50	42,00
Iš viso:			4,16	8,26	36,49	236,67

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 grietinele 35%		150/5	1,53	4,04	11,18	94,97
Duona šviesi su sėklomis		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Kalakutienos file maltinai, troškinti konvekciniėje krosnyje		60	14,71	6,43	4,30	133,42
Biri kuskuso kruopų košė su sviestu 82%		40/5	1,34	4,37	10,07	82,09
Morkų salotos su saulėgrąžų aliejumi		50	0,52	2,60	4,67	44,19
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
Iš viso:			19,71	17,83	41,69	409,04

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
Pienas 2.5%		100	2,8	2,50	4,70	52,00
Iš viso:			14,28	18,55	26,22	293,58
Iš viso (dienos davinio):			38,15	44,64	104,40	939,29

Lopšelis

3 savaitė

Trečiadienis

-13-

Pusryčiai val.8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausi pusryčiai		40	4,57	1,38	29,59	161,80
Pienas 2,5%		110	3,08	2,75	5,17	57,20
Melionai		100	1,00	-	8,00	35,00
Iš viso:			8,65	4,13	42,76	254,00

Pietūs val.12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su grietine 30%		150/4	6,00	7,61	12,37	149,69
Duona ruginė		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Kiaulienos kumpio maltiniai, troškinti garuose konvekciniėje krosnyje		60	13,60	7,11	4,46	111,05
Biri grikių kruopų košė su sviestu 82		40/5	5,19	5,45	24,88	171,40
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais, su saulėgrąžų aliejumi		50	1,10	1,30	2,79	27,29
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
Iš viso:			27,39	21,79	56,01	513,05

Vakarienė val. 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška keturių grūdų kruopų košė su sviestu 82%		150/4	5,95	6,23	39,52	186,25
Duona šviesi pilno grūdo su sviestu 82%, varškės sūriu		20/7/15	2,75	2,59	15,27	94,00
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Iš viso:			8,72	8,83	55,11	281,76
Iš viso (dienos davinio):			44,76	34,75	153,88	1048,81

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 manų kruopų košė su cinamonu, sviestu 82%		150/3/4	6,09	8,64	31,69	229,61
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		100/6	0,02	0,01	0,32	1,51
Bananai		100	1.5	0.1	21.00	89.00
Iš viso:			7,61	8,75	53,01	320,12

Pietūs val.12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su grietine 30%		150/4	1.17	4.19	8.77	131.50
Duona tamsi pilno grūdo		20	1.12	0.22	8.66	39.80
Troškinti žuvies file maltiniai konvekciniėje krosnyje grietinėlės- pomidorų padaže		60/10	12,75	6,02	9,28	145,74
Bulvių košė su sviestu 82%		40/5	0.6	1.50	3.85	31.58
Troškintos morkos su sviestu 82%		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
Iš viso:			17,98	15,18	39,76	442,77

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		100/15	14,92	14,91	28,10	305,04
Kakava su pienu2,5%		100	2,12	1,68	3,35	36,96
Iš viso:			17,04	16,59	31,45	342,00
Iš viso (dienos davinio):			42,63	40,52	124,22	1104,89

Lopšelis

3 savaitė

Penktadienis

-15-

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 fermentiniu sūriu 45%, sviestu 82%		150/10/3	9,40	4,93	37,60	208,65
Kakava su pienu 2,5%		100	2,12	1,68	3,35	36,96
Melionai		100	1,00	-	8,00	35,00
Iš viso:			12,52	6,61	48,95	280,61

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%		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		60/20	16,78	11,54	3,41	182,18
Perlinės kruopos su sviestu 82%		40/5	0,85	4,17	7,58	70,77
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
Iš viso:			20,97	19,25	31,55	381,68

Vakarienė val. 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška daržovių sriuba su sviestu		150/2	4,25	4,47	13,41	118,24
Duona šviesi su sėklomis		20	1,12	0,22	8,66	39,80
Iš viso:			5,37	4,69	22,07	158,04
Iš viso (dienos davinio):			38,86	30,55	102,57	820,33