

Darželis
1 savaitė
Pirmadienis

-1-
Pusryčiai val. 8:40

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		200/5/20	10,60	4,75	65,31	343,36
Arbata su citrina, be cukraus		150/8	0,04	0,02	0,49	2,27
Obuoliai		100	0,4	0,1	9,8	45,00
Iš viso:			11,04	4,87	75,60	390,63

Pietūs val. 12:10

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%,		200/20/5	12,39	5,60	17,04	157,67
Duona ruginė		30	1,68	0,33	12,99	59,70
Ryžių plovai su kalakutienos šlaunelių mėsa, sviestu 82%		120/60/5	15,62	11,98	30,11	300,36
Daržovių rinkinukas:(agurkai, pomidorai, paprika		30/30/30	1,03	0,19	3,79	20,86
Stalo vanduo, paskanintas apelsiniais		150/8	0,06	0,02	0,45	2,18
Iš viso:			30,78	18,12	64,38	540,77

Vakarienė val. 15:40

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		150	26,79	31,88	29,93	514,33
Natūralus jogurtas 3,8		30	1,29	1,14	1,44	21,30
Trintos uogos		30	0,29	0,12	2,93	13,8
Vaisinė arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			28,37	33,14	34,3	549,43
Iš viso (dienos davinio):			70,19	56,13	174,28	1480,83

Darželis1 savaitė
Antradienis

-2-

Pusryčiai val. 8:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikiai su sviestu 82% , daržovėmis		200/5	4,13	8,92	30,46	218,23
Trapučiai		15	2,16	0,35	11,52	58,35
Arbata vaisinė be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušės		100	0,4	0,3	9,50	42,00
Iš viso:			6,69	9,57	51,48	318,58

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta brokolių sriuba su grietinėle 30%		200/7	2,90	7,33	11,86	98,59
Duona šviesi pilno grūdo		30	1,68	0,33	12,99	59,70
Vištienos file kepsneliai kepti konvekciniėje krosnyje		80	18,28	10,70	7,71	208,81
Troškintos daržovės su sviestu 82%		80/6	1,95	10,94	19,50	173,45
Daržovių rinkinukas (paprika, ridikėliai)		25/25	0,51	0,08	2,65	13,30
Stalo vanduo, paskanintas obuoliais		100/7	0,03	0,03	0,98	4,29
Iš viso:			25,35	29,41	55,69	558,14

Vakarienė val.15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė su sviestu 82%		180/6	12,19	12,52	36,69	324,88
Kefyras 2,5%		150	4,20	3,75	6,15	88,5
Iš viso:			16,39	16,27	42,84	413,38
Iš viso (dienos davinio):			48,43	55,25	150,01	1290,10

Darželis
1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai val. 8:40

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%, sezamo sėklomis		200/5/4	8,05	9,10	36,82	261,29
Pienas 2,5%		150	4.20	3.75	7.05	78.00
Kiviai		100	1.00	1.00	14.00	64.00
Iš viso:			13,25	13,85	57,87	403,29

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, grietine 30%		200/5	3,69	4,49	16,51	126,93
Duona šviesi pilno grūdo		30	1.68	0.33	12.99	59.70
Jautienos kumpio kukuliai, troškinti grietinėlės-pomidorų padaže		80/15	22,44	11,37	7,07	197,98
Makaronai viso grūdo su sviestu 82%		60/6	1.07	5.01	9.47	86.60
Daržovių rinkinukas:(agurkai, paprika, ridikėliai)		30/30/30	0,86	0,22	3,43	18,98
Stalo vanduo, paskanintas kriaušėmis		150/8	0,03	0,03	1,01	4,36
			29,77	21,45	50,48	494,55

Vakarienė: val. 15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškintos bulvės su vištiena sviestu 82%		110/25/6	9,73	11,29	23,64	165,45
Rauginti agurkai, pomidorai		40/40	0,72	0,16	2,56	14,56
Trapučiai		15	2,16	0,35	11,52	58,35
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		150/8	0,04	0,02	0,49	2,27
Iš viso:			12,65	11,82	38,21	240,63
Iš viso (dienos davinio):			55,67	47,12	146,56	1138,47

Darželis1 savaitė
Ketvirtadienis

-4-

Pusryčiai val. 8:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu 82%, kriaušėmis		200/5/20	8,00	7,20	49,25	283,13
Erškėtrožių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Mandarinai		100	0,7	0,3	9,40	43,00
Iš viso:			8,70	7,50	58,65	326,13

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis, grietine 30%		200/5	2,90	5,75	20,29	129,96
Duona ruginė		30	1,68	0,33	12,99	59,70
Žuvies file kepsneliai apkepti, po to troškinti konvekciniame krosnyje		80	14,87	10,10	7,71	169,27
Žiedinių kopūstų salotos su žalumynais, su aliejumi (saulėgrąžų)		60	2,00	7,28	10,00	112,55
Daržovių rinkinukas(cukinija, pomidorai)		25/25	0,55	0,08	1,88	10,38
Stalo vanduo, paskanintas braškėmis		150/8	0,07	0,03	0,73	3,45
Iš viso:			22,07	23,57	53,60	485,31

Vakarienė val. 15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu		98/12	12,76	14,54	10,35	227,39
Agurkai, paprika, brokoliai		25/25/25	0,53	0,18	2,23	12,58
Duona pilno grūdo su sviestu 82%		30/6	1,72	5,29	13,04	104,58
Arbatžolių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,01	20,01	25,62	344,55
Iš viso (dienos davinio):			45,78	51,17	137,87	1155,99

Darželis

1 savaitė

Penktadienis

-5-

Pusryčiai val. 8:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu 82% , bananais		170/5/30	8.03	8.94	37.03	260,01
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		150/8	0,04	0,02	0,49	2,27
Obuoliai		100	0.4	0.1	9.80	45.00
Iš viso:			8.47	9.06	47,32	307,28

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų su pomidorais sriuba su grietine 30%		200/5	2,37	4,59	20,14	107,79
Duona su sėklomis		30	1.68	0.33	12.99	59.70
Kalakutienos file, kepta konvekciniėje krosnyje		80	19.62	8.57	5.73	177.90
Virtos bulvės su sviestu 82%		50/6	1,07	5,01	9,47	86,60
Daržovių rinkinukas (paprika, cukinija, plėšyti salotų lapai)		30/30/30	1,03	0,19	3,79	20,86
Stalo vanduo, paskanintas vynuogėmis		150/7	0,06	0,03	1,32	5,74
Iš viso:			25,83	18,72	53,44	458,59

Vakarienė: val.15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai viso grūdo su vištienos šlaunelių faršu, sviestu 82%		200/5	12.02	8.26	30.45	242,63
Pomidorai, agurkai		40/40	0,72	0,16	2,56	14,56
Žolelių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,74	8,42	33,01	257,19
Iš viso (dienos davinio):			47,04	36,20	137,51	1023,06

Darželis
2 savaitė
Pirmadienis

-6-

Pusryčiai val. 8:40

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		200/5/20/4	8,77	10,45	37,68	265,05
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		150/8	0,04	0,02	0,49	2,27
Bananai		100	1.5	0.1	21.00	89.00
Iš viso:			10,31	10,57	59,17	356,32

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su grietine 30%		200/5	4,99	4,87	17,18	127,94
Duona ruginė		30	1.68	0.33	12.99	59.70
Kalakutienos šlaunelių maltiniai, kepti konvekciniėje krosnyje		80	14.48	5.50	4.43	123.45
Griekiai su sviestu 82%		50/6	6.34	6.61	31.10	212.38
Kopūstų salotos su paprikomis, su saulėgrąžų aliejumi		60	0,88	3,47	4,02	50,78
Daržovių rinkinukas (pomidorai, ridikėliai)		25/25	0,53	0,08	2,00	10,78
Stalo vanduo, paskanintas melionais		150/8	0,52	0,02	0,58	4,47
Iš viso:			29,42	20,88	72,30	589,50

Vakarienė: val.15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės-morkų apkepas		150	22,07	15,15	22,91	275,70
Natūralus jogurtas 3,8%		30	1,29	1,14	1,44	21,30
Trintos uogos		30	0,29	0,12	2,93	13,80
Arbata vaisinė be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			23,65	16,41	27,28	310,80
Iš viso (dienos davinio):			63,38	47,86	158,75	1256,62

Darželis
2 savaitė
Antradienis

-7-

Pusryčiai: val. 8:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai viso grūdo su sviestu 82%		180/5	10.86	7.04	48.08	286.31
Jogurtas natūralus		125	3,50	3,13	7,50	85,00
Arbatžolių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai		100	0.9	0.2	8.10	40.00
Iš viso:			15,26	10,37	63,68	421,31

Pietūs : val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su grietine 30%		200/5	1,71	4,49	11,30	97,41
Duona su sėklomis, juoda		30	1.68	0.33	12.99	59.70
Kiaulienos kumpio guliašas		80/40	21.71	16.27	5.28	278.42
Bulvių košė su morkomis, sviestu 82%		50/6	0.72	1.85	4.67	37.14
Cukinija, paprika, plėšyti salotų lapai		30/30/30	1.03	0.19	3.79	20.86
Stalo vanduo, paskanintas agurkais		150/7	0.06	0.02	0.18	1.06
Iš viso:			26,91	23,15	38,21	494,59

Vakarienė: val.15:40

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%		200/3	6,07	9,15	21,70	198,94
Kvietinės duonos skrebutis		30	2,22	0,48	12,84	69,90
Iš viso:			8,29	9,63	34,54	268,84
Iš viso (dienos davinio):			50,46	43,15	136,43	1184,74

Darželis
2 savaitė
Trečiadienis

-8-

Pusryčiai val.8:40

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		200/5/30	5,95	6,78	32,74	216,60
Kmyną arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Kiviai		100	1,00	1,00	14,00	64,00
Iš viso:			6,95	7,78	46,74	280,60

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su grietine 30%		200/5	1,55	4,65	8,29	77,41
Duona šviesi su sėklomis		30	1,68	0,33	12,99	59,70
Vištienos maltiniai, kepti konvekciniėje krosnyje		80	18,87	7,06	6,92	177,53
Biri ryžių kruopų košė su sviestu 82%		50/6	1,33	6,95	13,89	120,42
Morkų salotos su saulėgrąžų aliejumi		60	0,62	4,99	5,61	53,03
Daržovių rinkinukas (paprika, ridikėliai)		30/30	0,60	0,09	3,18	15,96
Stalo vanduo, paskanintas citrina		150/7	0,06	0,03	0,69	3,23
Iš viso:			24,71	24,10	51,87	507,28

Vakarienė: val.15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kefyriniai blynai		120	9,62	13,26	48,84	261,47
Grietinės padažas 30%		30	0,72	9,00	0,93	88,20
Trintos uogos		30	0,29	0,12	2,93	13,80
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		150/8	0,04	0,02	0,49	2,27
Iš viso:			10,64	22,40	53,19	365,74
Iš viso (dienos davinio):			42,33	54,28	151,80	1153,62

Darželis

2 savaitė

Ketvirtadienis

-9-

Pusryčiai val.8:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis su žaliais žirneliais		60/40	8.46	6.00	6,72	114,84
Duona ruginė su sviestu 82 %		30/8	1.74	7.76	13.07	127.07
Kakava su pienu 2,5%		150	3,18	2,52	5,03	53,45
Kriaušės		100	0.40	0.30	9.50	42.00
		Iš viso:	13,78	16,58	34,32	337,36

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su grietine 30%		200/5	2.14	5.49	11,19	103,93
Duona tamsi pilno grūdo		30	1.68	0.33	12.99	59.70
Žuvies file maltiniai, kepti konvekciniėje krosnyje		80	15.06	6.05	9.86	159.66
Troškinti burokėliai su pomidorų padažu		60	0,85	7,67	6,76	125,00
Daržovių rinkinukas (pomidorai, cukinija)		25/25	0,55	0,08	1,88	10,38
Stalo vanduo, paskanintas mėtomis		150/7	0,28	0,07	1,11	6,21
		Iš viso:	20,56	19,69	43,79	464,88

Vakarienė: val.15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų košė su sviestu, varške 9%		200/5	12,25	10,40	36,77	284,34
Natūralus jogurtas		125	3,50	3,13	7,50	85,00
Arbatžolių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	15,75	13,53	44,27	369,34
		Iš viso (dienos davinio):	50,09	49,80	122,38	1171,58

Darželis
2 savaitė
Penktadienis

-10-

Pusryčiai val.8:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su morkomis, saulėgražomis, sviestu 82%		200/4/5	5,91	8,71	35,41	268,55
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		150/8	0,04	0,02	0,49	2,27
Bananai		100	1.50	0.10	21.00	89.00
Iš viso:			7,45	8,83	56,90	359,82

Pietūs val.12:10

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%		200/7	10,99	9,78	40,86	215,14
Skrebučiai		10	1.74	3.80	10.32	53.00
Karališki balandėliai troškinti konvekciniėje krosnyje grietinėlės-pomidorų padaže		100/14	20,33	14,86	8,03	244,58
Virtos bulvės su sviestu 82%		50/6	1.07	5.01	9.47	86.60
Pekino kopūstų salotos su paprika, su saulėgražų aliejumi		60	0.82	4.79	2.95	79.38
Daržovių rinkinukas (pomidorai, agurkai)		25/25	0,50	0,10	3,20	15,70
Stalo vanduo, paskanintas apelsiniais		150/8	0,06	0,02	0,45	2,17
Iš viso:			35,51	31,07	74,28	696,57

Vakarienė: val.15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su sviestu 82 %		200/5	6,96	5,84	38,17	232,92
Pienas 2,5%		150	4.20	3.75	7.05	78.00
Iš viso:			11,16	9,59	45,22	310,92
Iš viso (dienos davinio):			54,12	49,49	176,40	1367,31

Darželis
3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai val. 8:40

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%, braškėmis		200/5/20	8,05	9,10	36,82	261,29
Arbata su citrina, be cukraus		150/8	0,04	0,02	0,49	2,27
Obuoliai		100	0.40	0.10	9.80	45.00
Iš viso:			8,49	9,22	47,11	308,56

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronų viso grūdo sriuba su vištienos file gabaliukais		200/18	10,01	4,10	20,29	148,49
Duona šviesi pilno grūdo		30	1.68	0.33	12.99	59.70
Kiaulienos maltiniai, kepti konvekciniėje krosnyje		80	18,13	8,14	6.30	138,07
Bulvių košė su sviestu 82%		50/6	0.72	1.85	4.67	37.14
Troškinti kopūstai su sviestu 82%		60/5	0,85	7,67	6,76	125,00
Daržovių rinkinukas (pomidorai, agurkai)		25/25	0,55	0,12	1,88	10,38
Stalo vanduo, paskanintas citrinomis		150/7	0,06	0,03	0,69	3,23
Iš viso:			32,00	22,24	53,58	522,01

Vakarienė: val.15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių troškiny su morkomis, bulvėmis, sviestu 82%, grietine 30%		180/6/6	5,35	10,25	36,19	234,57
Duona tamsi pilno grūdo		30	1,68	0,33	12,99	59,70
Kmynų arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,03	10,58	49,18	294,27
Iš viso (dienos davinio):			47,52	42,04	149,87	1124,84

Pusryčiai val.8:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su cukinijomis, daržovėmis, sviestu 82%		200/5	4,99	10,00	35,55	252,05
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		150/8	0,04	0,02	0,49	2,27
Kriaušės		100	0.40	0.30	9.50	42.00
Iš viso:			5,43	10,32	45,54	296,32

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba su grietinėle 35%		200/6	2,03	5,37	14,86	126,22
Duona šviesi su sėklomis		30	1.68	0.33	12.99	59.70
Kalakutienos file maltiniai, troškinti konvekciniėje krosnyje		80	19,62	8,57	5,73	177,90
Biri kuskuso kruopų košė su sviestu 82%		50/6	1,67	5,44	12,53	102,16
Morkų salotos su saulėgrąžų aliejumi		60	0,62	3,12	5,60	53,03
Daržovių rinkinukas (pomidorai, paprika)		25/25	0,59	0,19	2,68	14,59
Stalo vanduo, paskanintas kriaušėmis		150/7	0,03	0,03	1,00	4,34
Iš viso:			26,24	23,05	55,39	537,94

Vakarienė val.15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių, morkų, varškės 9% sklandžiai		120	12,74	18,35	24,67	272,86
Natūralus jogurtas 3,8%		30	1,29	1,14	1,44	21,30
Pienas 2,5%		150	4,20	3,75	7,05	78,00
Iš viso:			18,23	23,24	33,16	372,16
Iš viso (dienos davinio):			49,90	56,61	134,09	1206,42

Pusryčiai val.8:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausi pusryčiai		50	6.00	1.75	39.30	187.25
Pienas 2,5 %		150	4.20	3.75	7.05	78.00
Melionai		100	1.00	-	8.00	35.00
Iš viso:			11.20	5.50	54.35	300.25

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su grietine 30%		200/5	7,63	9,27	16,41	186,18
Duona ruginė		30	1.68	0.33	12.99	59.70
Kiaulienos sprandinės muštinkukai		80	16.80	11,28	6,00	161,75
Biri grikių kruopų košė su sviestu 82%		50/6	6,46	6,78	30,96	203,30
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais, su saulėgrąžų aliejumi		60	1,32	1,56	3,35	32,75
Daržovių rinkinukas (agurkai, paprika)		25/25	0,45	0,1	2,75	13,70
Stalo vanduo, paskanintas obuoliais		150/7	0,03	0,03	0,97	4,28
Iš viso:			34,37	29,35	73,43	661,66

Vakarienė: val.15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška keturių grūdų košė su sviestu 82%		200/5	7,92	8,29	52,61	227,93
Duona šviesi pilno grūdo su sviestu 82%, varškės sūriu		30/8/20	3,66	3,45	17,70	114,30
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		150/8	0,04	0,02	0,49	2,27
Iš viso:			11,62	11,76	70,80	344,50
Iš viso (dienos davinio):			57,19	46,61	198,58	1306,41

Darželis

3 savaitė

Ketvirtadienis

-14-

Pusryčiai val.8:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška manų kruopų košė su cinamonu, sviestu 82%		200/4/5	7,97	10,94	42,84	303,61
Arbatžolių arbata su citrina, be cukraus		150/8	0,04	0,02	0,49	2,27
Bananai		100	1.50	0.10	21.00	89.00
Iš viso:			9,51	11,06	64,33	394,88

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su grietine 30%		200/5	1,55	5,58	11,67	175,05
Duona tamsi pilno grūdo		30	1.68	0.33	12.99	59.20
Troškinta žuvies file konvekciniėje krosnyje grietinėlės- pomidorų padaže		80/14	16,57	11,20	5,59	219,39
Bulvių košė su sviestu 82%		50/6	0.72	1.85	4.67	37.14
Troškintos morkos su sviestu 82%		60	2,12	3,77	8,66	99,58
Daržovių rinkinukas (agurkai, ridikėliai)		25/25	0,48	0,08	1,55	8,78
Stalo vanduo, paskanintas mėtomis		150/8	0,29	0,08	1,11	6,24
Iš viso:			23,41	22,89	46,24	605,38

Vakarienė: val.15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai virti sviesto 82%-grietinės 30% padažas		150/20	22,02	19,04	35,97	389,19
Kakava su pienu 2,5%		150	3,18	2,52	5,03	53,45
Iš viso:			25,20	21,56	41,00	442,64
Iš viso (dienos davinio):			58,12	55,51	151,57	1442,90

Pusryčiai val.8:40

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%		180/15/4	11.46	6.01	45.83	254.29
Kakava su pienu 2,5%		150	3,18	2,52	5,03	53,45
Melionai		100	1.00	-	8.00	35.00
Iš viso:			15,64	8,53	58,86	342,74

Pietūs val.12:10

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su grietine 30%		200/5	1,71	4,49	11,30	97,41
Duona ruginė		30	1.68	0.33	12.99	59.70
Troškinta kalakutų šlaunelių mėsa		80/30	23.07	15,87	4.69	250.50
Perlinės kruopos su sviestu 82%		50/6	1.07	5.01	9.47	86.60
Agurkai, pomidorai, cukinija		30/30/30	0,96	0,19	2,98	15,10
Stalo vanduo, paskanintas braškėmis		150/8	0,08	0,03	0,74	3,46
Iš viso:			28,57	25,92	42,17	512,77

Vakarienė: val.15:40

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška daržovių sriuba su sviestu		200/3	5,67	5,96	17,88	140,32
Duona šviesi su sėklomis		30	1,68	0,33	12,99	59,70
Iš viso:			7,35	6,29	30,87	200,02
Iš viso (dienos davinio):			51,56	40,74	131,90	1055,53