

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės
globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
2 priedas

Utenos vaikų lopšelis - darželis „Pasaka“

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos
(teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-7 m.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7.00 iki 17.30 val.

TVIRTINU

Direktorė

Dalia Bislienė

1 savaitė darželis
Pirmadienis

Pusryčiai 8.35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Virtas kiaušinis su konservuotais žaliaisiais žirneliais, pomidorais ir nesaldintu jogurtu 3,5 % (tausojantis)	109	40/24 60/20	7,32	4,91	5,62	101,73
Duona su sviestu 82 %	286	50/6	3,73	5,74	21,43	152,55
Džiūvėsėliai	118	30	2,55	3,18	21,38	119,10
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,60	13,83	48,43	373,38

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis ir morkomis (tausojantis)	223	150	3,11	3,02	10,64	80,37
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Kiaulienos kotletai	203	85	15,40	12,54	0,42	222,42
Virti makaronai (augalinis,tausojantis)	249	80	2,91	0,24	21,05	92,96
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su citrinų sultimis, ekologišku alyvuogių aliejumi (augalinis)	247	100	0,82	2,25	4,46	40,89
Vanduo		180	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			25,60	18,85	57,97	544,24

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Keptos bulvės (tausojantis)	408	200	4,10	4,10	30,45	161,85
Kefyras 2,5 %	407	200	5,60	5,00	8,20	118,00
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			10,22	9,70	54,36	369,03
Iš viso (dienos davinio):			49,42	42,38	160,78	1286,65



1 savaitė darželis
Antradienis

Pusryčiai 8.35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Viso grūdo kvietinių miltų lietiniai blynai	121	150	12,53	9,18	55,37	351,21
Natūralaus jogurto 3,5 % ir trintų vaisių padažas	124	35	1,16	0,62	2,76	20,78
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso:			13,69	9,80	58,13	372,00

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Lešių - pomidorų sriuba (augalinis, tausojantis)	280	150	6,95	3,16	18,38	125,72
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Keptas ledjūrio menkės maltinis (tausojantis)	281	90	12,86	3,32	8,51	106,80
Morkų, svogūnų, cukinijų troškiny (augalinis)	204	50	0,48	2,08	2,32	29,15
Bulvių košė su sviestu 82 % ir linų sėmenimis (tausojantis)	228	100/3/2	2,88	4,06	15,00	102,72
Burokėlių salotos su žaliais žirneliais, marinuotais agurkais ir ekologišku alyvuogių aliejumi (augalinis)	240	100	1,28	4,69	6,27	73,24
Vanduo su citrina	287	180	0,07	0,04	0,99	4,65
Iš viso:			27,88	18,15	72,87	549,90

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Varškės – sorų kruopų apkepas (tausojantis)	412	130	12,63	8,80	22,62	223,48
Pienas 2,5 %	415	200	7,00	1,40	8,80	72,00
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			20,15	10,20	47,15	384,66
Iš viso (dienos davinio):			61,72	38,15	178,15	1306,56



I savaitė darželis
Trečiadienis

TVIRTINU
Direktorė
Dalia Bislienė
Dalia Bislienė

Pusryčiai 8.35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Pilno grūdo avižinių dribsnių košė su sviestu 82% (tausojantis)	110	200/5	8,73	8,40	29,50	227,93
Duoniukai, fermentinis sūris 45 %	116	20/20	6,72	5,22	15,02	148,00
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,45	15,12	44,52	375,93

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Agurkinė sriuba (tausojantis)	210	150	2,56	3,16	14,84	96,43
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis)	282	90	13,37	5,03	1,05	129,78
Natūralaus jogurto 3,5 % su žolelėmis padažas	269	25	2,13	2,46	0,68	32,95
Ryžių kruopų košė su ciberžole (augalinis, tausojantis)	256	90	1,56	1,46	18,96	95,35
Pekino kopūstų, agurkų, morkų salotos su citrinų sultimis ir ekologišku alyvuogių aliejumi (augalinis)	248	100	0,93	3,56	3,96	51,09
Vanduo su šaldytomis uogomis	244	180	0,00	0,00	1,25	8,25
Iš viso:			23,91	17,93	62,14	521,45

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Omletas (tausojantis)	502	110	7,53	7,61	7,04	126,50
Duona	252	30	2,59	0,56	14,98	75,32
Pienas 2,5 %	415	180	6,12	4,50	8,82	100,80
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			16,76	12,67	46,57	391,80
Iš viso (dienos davinio):			56,12	45,72	153,23	1289,18



1 savaitė darželis
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.35 val.

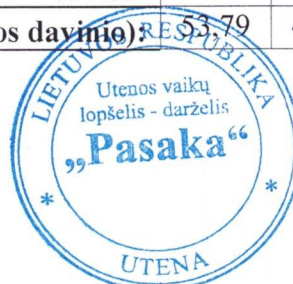
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Grikių kruopų košė su sviestu 82 % (tausojantis)	503	200/6	8,85	8,11	32,21	234,23
Duoniukai su fermentiniu sūriu 45 %	116	13/30	8,28	7,47	10,24	159,27
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,13	15,58	42,45	393,50

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis, tausojantis)	283	150	1,79	3,02	7,80	59,63
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Kepti varškėčiai su viso grūdo kvietiniais miltais	108	135	18,1	14,46	30,24	328,87
Nesaldintas jogurtas 3,5 %	119	25	2,25	0,50	0,57	15,50
Traškios morkos (augalinis)	237	50	0,42	0,78	3,54	26,49
Vanduo su citrina	287	180	0,07	0,04	0,99	4,65
Iš viso:			25,99	19,90	64,54	542,74

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Daržovių troškinys (tausojantis)	413	170	2,70	5,91	17,41	125,37
Duona	252	25	1,85	0,40	10,70	53,80
Kefyras 2,5 %	407	200	5,60	5,00	8,20	118,00
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			10,67	11,31	52,04	386,35
Iš viso (dienos davinio):			53,79	46,79	159,03	1322,59



TVIRTINU

Direktorė

 Dalia Bislienė

I savaitė darželis
 Penktadienis

Pusryčiai 8.35 val.

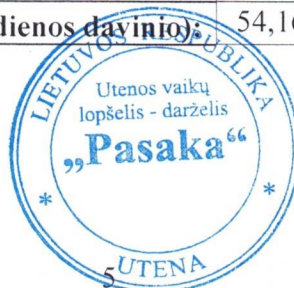
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Manų kruopų košė su sviestu 82 % ir trintais vaisiais (tausojantis)	102	200/6/30	7,17	6,38	38,42	243,86
Trinta varškė 9 %	115	45	8,10	5,85	1,80	128,70
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,27	12,23	40,29	372,56

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Kopūstų sriuba (tausojantis)	206	150	2,09	3,19	9,55	73,13
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Troškinti mėsos (kiauliena, vištiena)-ryžių kukuliai (tausojantis)	284	80	15,44	10,05	6,12	218,08
Žirnių košė su morkomis (augalinis, tausojantis)	285	60	6,68	0,59	19,35	110,57
Rauginti agurkai	246	55	0,20	0,13	1,42	7,63
Vanduo su citrina	287	180	0,07	0,04	0,99	4,65
Iš viso:			27,84	14,80	58,83	521,66

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Pieniška 2,5 % makaronų sriuba (tausojantis)	277	200	8,07	6,72	20,06	187,02
Džiūvėsėliai	118	29	2,46	3,07	20,67	115,13
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			11,05	9,79	56,46	391,33
Iš viso (dienos raciono):			54,16	37,54	154,86	1285,55



TVIRTINU

Direktorė
Ranijų
 Dalia Bisliene

2 savaitė darželis
 Pirmadienis

Pusryčiai 8.35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Žirnių šiupinys su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	123	200	8,61	3,43	31,06	187,52
Duona su sviestu 82 % ir fermentiniu sūriu 45 %	513	40/6/20	7,60	10,40	17,73	205,24
Kmynų arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,21	13,83	48,79	392,76

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis)	245	150	2,02	2,96	8,84	69,93
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Keptas maltos mėsos pjausnys „Netikras zuikis“ (kiauliena) (tausojantis)	254	80	15,96	13,09	5,83	243,04
Trintų daržovių (morkos, svogūnas) padažas (augalinis)	251	30	0,24	2,17	1,96	28,33
Pekino kopūstų, agurkų, morkų salotos su citrinų sultimis ir ekologišku alyvuogių aliejumi (augalinis)	248	110	1,00	2,62	4,28	44,43
Vanduo su citrina	287	180	0,07	0,04	0,99	4,65
Iš viso:			22,65	21,68	43,30	497,98

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebal ai, g	angliavan deniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu 82 % (tausojantis)	414	200/3	6,60	4,99	34,42	207,81
Pienas 2,5 %	415	150	5,78	4,25	8,33	95,20
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			12,90	9,24	58,48	392,19
Iš viso (dienos davinio):			51,76	44,75	150,57	1282,93



TVIRTINU

Direktorė



Dalia Bislėnė

2 savaitė darželis

Antradienis

Pusryčiai 8.35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo kvietinių miltų mieliniai blynai su tintais vaisiai	106	150/25	12,37	9,35	60,06	371,11
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,37	9,35	60,06	371,10

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis)	105	150	1,08	3,00	7,40	60,83
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Kepti jūros lydekų file kotletai (tausojantis)	215	80	13,06	3,35	8,17	107,44
Natūralaus jogurto 3,5 % -pomidorų padažas su žalumynais	222	25	1,83	1,40	0,97	23,53
Virtos bulvės (augalinis)	258	100	2,08	2,79	12,31	82,39
Burokėlių salotos su pupelėmis ir marinuotais agurkais su ekologišku alyvuogių aliejumi (augalinis)	218	100	4,70	6,32	15,34	137,01
Traškios morkos (augalinis)	237	70	0,46	0,93	4,06	26,49
Vanduo		180	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			26,57	18,62	69,65	545,29


Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu 82 % (tausojantis)	504	200/6	7,94	7,79	27,97	214,29
Kefyras 2,5 %	407	150	4,20	3,75	6,15	88,50
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			12,66	11,54	49,85	391,97
Iš viso (dienos davinio):			51,60	39,51	179,56	1308,36



TVIRTINU

Direktorė



Dalia Bislienė

2 savaitė darželis

Trečiadienis

Pusryčiai 8.35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Kvietinių kruopų košė su sviestu 82 %, (tausojantis)	505	200/6	8,28	7,67	30,55	215,07
Trinta varškė 9 %	115	45	5,44	6,10	5,83	85,80
Traškutis vanilinis	125	15	1,56	0,38	12,40	73,80
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,28	14,15	48,78	374,67

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Miežinių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	211	150	1,70	3,05	10,84	77,09
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Vištienos kumpeliai	216	120	17,37	8,28	0,53	193,76
Lęšių – ryžių košė (augalinis, tausojantis)	243	90	5,00	2,30	21,00	121,48
Morkų, žalių žirnelių, marinuotų agurkų salotos su natūraliu jogurtu 3,5 %	233	100	1,56	0,87	5,56	37,02
Vanduo su šaldytomis uogomis	244	180	0,00	0,00	1,25	8,25
Iš viso:			28,09	15,30	60,58	545,20

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Omletas (tausojantis)	502	100	7,53	7,61	7,04	126,50
Duona	252	40	3,33	0,72	19,26	96,84
Pienas 2,5 %	415	150	5,25	1,05	6,60	54,00
Vaisiai	411	130	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			16,11	9,38	48,99	366,52
Iš viso (dienos davinio):			60,38	38,83	158,35	1286,39



TVIRTINU

Direktorė
Dalia Bislienė
 Dalia Bislienė

2 savaitė darželis
 Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo avižinių dribsnių košė su sviestu 82 % (tausojantis)	110	200/5	8,48	8,29	28,28	221,00
Duoniukai su fermentiniu sūriu 45 %	116	20/20	6,72	5,22	15,02	148,00
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,20	15,01	43,30	369,00

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronų sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)	200	150	3,60	3,40	19,46	128,80
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Mėsos (kiauliena, vištiena), ryžių ir kopūstų kukulis (tausojantis)	263	90	16,63	12,00	4,29	210,75
Natūralaus jogurto 3,5 % -pomidorų padažas	222	13	0,93	0,20	0,74	8,36
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	258	90	1,68	0,08	14,92	65,32
Rauginti agurkai	246	60	1,82	0,00	0,83	12,35
Vanduo su citrina	287	180	0,07	0,04	0,99	4,65
Iš viso:			28,43	16,52	62,63	537,83

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės – manų apkepas (tausojantis)	405	120	16,26	9,76	24,34	248,17
Pienas 2,5 %	415	150	5,25	1,05	6,60	54,00
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			22,03	10,81	46,67	391,35
Iš viso (dienos davimo):			65,66	42,34	152,60	1298,18



2 savaitė darželis
 Penktadienis

Pusryčiai 8.35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Nešlifuočių ryžių kruopų košė su sviestu 82 % (tausojantis)	103	200/6	5,56	7,36	31,21	214,14
Džiūvėsėliai	118	36	4,34	3,83	25,86	155,52
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,90	11,19	57,07	369,66

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis, augalinis)	207	150	5,24	3,17	18,22	120,94
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Kepti kiaulienos rageliai (tausojantis)	260	90	15,53	15,30	5,03	241,50
Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos su ekologišku alyvuogių aliejumi (augalinis)	247	100	0,73	2,88	4,34	46,02
Vanduo su šaldytomis uogomis	244	180	0,15	0,02	1,75	8,25
Iš viso:			25,01	22,17	50,74	524,31

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Kietagrūdžiai makaronai su sviestu 82 % – varške 9 % (tausojantis)	250	200	6,43	5,37	26,21	205,97
Arbata	514	150	5,25	1,05	6,60	54,00
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			13,59	8,64	52,33	391,62
Iš viso (dienos raciono):			48,50	42,00	160,14	1285,59



TVIRTINU

Direktorė
Dalia Bislienė
 Dalia Bislienė

3 savaitė darželis
 Pirmadienis

Pusryčiai 8.35 val.

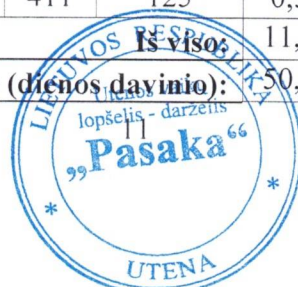
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis su konservuotais žaliaisiais žirneliais ir natūraliu jogurtu 3,5 % (tausojantis)	113	50/35/12	6,83	4,75	2,89	81,42
Duona su sviestu 82 %	286	50/7	3,75	6,58	21,45	160,05
Džiūvėsėliai	118	35	2,98	3,71	24,95	138,95
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,56	15,04	49,29	380,42

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis)	245	150	1,75	3,03	7,22	63,26
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Maltos kiaulienos kepsnys	268	80	17,02	14,94	5,54	238,82
Pilno grūdo makaronai (augalinis, tausojantis)	249	60	2,99	0,46	12,28	77,68
Cukinių – agurkų – morkų salotos su citrinų sultimis ir ekologišku alyvuogių aliejumi (augalinis)	209	100	0,97	2,47	4,13	40,75
Vanduo		180	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			26,09	21,70	50,57	528,11

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu 82 % (tausojantis)	414	200/3	6,48	5,37	34,74	213,84
Kefyras 2,5 %	407	150	4,20	3,75	6,15	88,50
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			11,20	9,12	56,62	391,52
Iš viso (dienos davinio):			50,85	45,86	156,48	1300,05



3 savaitė darželis
 Antradienis

Pusryčiai 8.35 val.

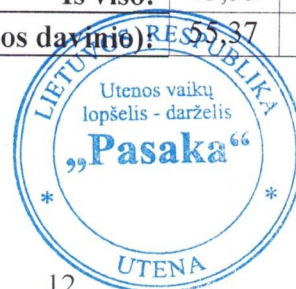
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebla lai, g	angliavan deniai, g	
Viso grūdo kvietinių miltų lietiniai blynai	121	150	12,35	8,75	55,69	347,54
Natūralaus jogurto 3,5 % su trintais vaisiais padažas	124	40	2,70	0,60	3,13	28,47
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,05	9,35	58,82	376,01

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebla lai, g	angliavan deniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis, augalinis)	208	150	4,97	3,08	18,17	119,52
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Lašišos kepsnys su žolelėmis (tausojantis)	001	88	17,86	13,13	0,58	190,07
Bulvių košė su sviestu 82 % (tausojantis)	277	90	2,19	4,41	15,90	103,00
Agurkai (augalinis)	235	100	0,01	0,00	0,02	14,00
Vanduo su citrina	287	180	0,07	0,04	0,99	4,65
Iš viso:			26,97	14,67	78,49	538,84

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebla lai, g	angliavan deniai, g	
Kvietinių kruopų košė su sviestu 82 % (tausojantis)	505	200/6	7,73	7,59	27,40	200,80
Pienas 2,5 %	415	150	5,10	3,75	7,35	84,00
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			13,35	11,34	50,48	373,98
Iš viso (dienos davinio):			55,37	35,36	187,79	1289,83



TVIRTINU

Direktorė

 Dalia Bisliene

3 savaitė darželis
 Trečiadienis

Pusryčiai 8.35 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	509	170	17,41	7,93	36,85	290,91
Natūralus jogurtas 3,5 %	119	25	2,25	0,50	0,80	23,72
Traškutis vanilinis	125	15	1,20	0,36	12,30	55,35
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			20,86	8,79	49,95	369,98

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Agurkinė sriuba (tausojantis)	210	150	2,25	3,10	12,65	85,65
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Keptos vištienos krūtinėlių filė lazdelės (tausojantis)	272	80	19,73	7,72	4,70	171,43
Biri ryžių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	288	80	1,72	0,50	20,97	95,23
Morkų, konservuotų žaliųjų žirnelių, raugintų agurkų salotos su natūraliu jogurtu 3,5 %	233	100	1,65	0,88	5,54	37,24
Daržovių padažas	251	35	0,35	3,20	2,82	41,56
Vanduo su šaldytomis uogomis	244	180	0,18	0,03	2,10	9,90
Iš viso:			29,24	16,23	70,18	548,61

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Pilno grūdo avižinių dribsnių košė su sviestu 82 % (tausojantis)	110	200/7	8,42	9,78	26,87	229,12
Pienas 2,5 %	415	150	7,00	1,40	8,80	72,00
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			15,94	11,18	51,40	390,30
Iš viso (dienos davinio):			66,03	36,20	171,53	1308,89



TVIRTINU

Direktorė

 Dalia Bislienė

3 savaitė darželis
 Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

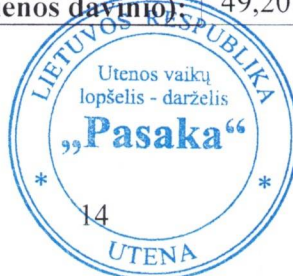
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebla lai, g	angliavan deniai, g	
Grikių kruopų košė su sviestu 82 % (tausojantis)	503	200/6	9,20	8,18	34,08	243,75
Džiūvėsėliai	118	35	2,98	3,71	24,95	138,95
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,18	11,16	59,03	382,70

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebla lai, g	angliavan deniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	207	150	4,37	3,00	13,28	107,05
Viso grūdo tamsi duona	252	35	1,76	0,80	10,20	85,81
Kepti varškėčiai su viso grūdo kvietiniais miltais (tausojantis)	108	135	18,1	14,76	30,24	328,87
Nesaldintas jogurtas 3,5 %	119	25	2,25	0,50	0,57	15,50
Traškios morkos (augalinis)	237	50	0,42	0,78	3,54	26,49
Vanduo	287	180	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			26,9	19,84	57,83	563,73

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebla lai, g	angliavan deniai, g	
Bulvių košė su sviestu 82 % (tausojantis)	227	200/6	4,21	5,27	28,65	176,50
Kefyras 2,5 %	407	200	5,60	5,00	8,20	118,00
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			10,33	10,27	52,58	383,68
Iš viso (dienos davinių)			49,20	41,88	169,44	1330,05



TVIRTINU

Direktorė
Pasaka
 Dalia Bislėnė

3 savaitė darželis
 Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Manų kruopų košė su sviestu 82 % ir trintais vaisiais (tausojantis)	102	200/6/25	6,94	7,09	34,08	227,91
Sūrio lazdelės 20 %	117	45	11,25	8,55	0,45	127,80
Arbata	514	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			18,19	15,64	34,53	355,71

Pietūs 12.05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Ryžių - pomidorinė sriuba (tausojantis, augalinis)	205	150	1,35	3,12	15,56	95,88
Viso grūdo tamsi duona	252	43	3,36	0,80	21,40	107,60
Kepti vištienos krūtinėlių filė maltinukai (tausojantis)	219	80	16,34	7,45	5,10	164,24
Avinžirnių košė (augalinis, tausojantis)	275	100	5,50	2,06	21,29	130,57
Morkų, kopūstų salotos su citrinų sultimis ir ekologišku alyvuogių aliejumi (augalinis)	279	100	0,97	2,85	5,55	51,91
Vanduo		180	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			27,52	16,28	68,90	550,20

Vakarienė 15.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	rieba lai, g	angliavan deniai, g	
Pieniška 2,5 % miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	410	200/5	7,08	7,45	18,71	170,11
Džiūvėsėliai	118	32	2,72	3,39	22,82	127,04
Vaisiai	411	125	0,52	0,00	15,73	89,18
Iš viso:			10,32	10,84	57,26	386,33
Iš viso (dienos davinio):			56,03	42,76	160,69	1292,24

