Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos
aprašo 8 priedas

Kauno „Nemuno“ mokykla

A. ir J. Gravrogkų g. 9, Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

Lopšelis, 1-3 metų vaikams

Patvirtinta 2026 m. Kovo 9 d.
Naudojama nuo 2026 m. Kovo 9 d.

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8^{00} val. iki 17^{00} val.

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno „Nemuno“ mokykla

Maitinimo organizavimo
specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:



1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška (2,5 proc.rieb.) manų košė su sviestu (82 proc.rieb.), uogiene (tausojantis)	46836	142/3/5	5,2	4,3	29,02	175,62
Duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir natūraliu tepamu sūriu (21 proc. rieb.)	25147	20/4/15	1,81	6,69	10,88	110,96
Sezoniniai vaisiai	100261	50	0,45	0,2	5,85	27
Nesaldinta arbata	23601	100	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			**7,46**	**11,19**	**45,75**	**313,59**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba su lęšiais (augalinis) (tausojantis)	58864	100	2,47	2,18	11,21	74,29
Batono skrebutis	12510	15	1,13	0,29	7,55	37,24
Kiaulienos kumpio maltinis (tausojantis)	48740	70	10,88	5,03	8,46	122,6
Biri grikių košė (tausojantis)	28402	70	3,66	2,54	20,11	117,96
Šviežių daržovių rinkinukas (ridikėliai, pomidorai, raugintas agurkas)	37780	140	1,36	0,28	5,12	28,46
Saulėgrąžų daigai	106643	10	0,24	0,59	0,23	7,19
Vanduo su vaisiais/uogomis	23606	95/7	0,06	0,01	0,82	3,59
Iš viso maitinimui:			**19,8**	**10,92**	**53,5**	**391,33**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	3944	120	13,09	13,95	10,54	220,06
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	20361	15	0,14	0,06	2,48	11
Pienas (2,5 proc. rieb.)	35396	150	4,2	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			**17,43**	**17,76**	**20,07**	**309,81**
Iš viso dienai:			**44,69**	**39,87**	**119,32**	**1014,73**

Vesta Žiūraitienė

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:
Vesta Žiūraitienė

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	6288	150/3	3,93	2,95	27	150,32
Viso grūdo duona su sviestu (82 proc.rieb.)	2297	30/5	1,5	4,49	15,34	107,75
Sezoniniai vaisiai	100257	70	0,91	0,2	11,06	49,64
Nesaldinta arbata	6883	150	0,3	0,22	0,75	6,14
Iš viso maitinimui:			**6,64**	**7,86**	**54,15**	**313,85**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba su žaliais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	94225	100	1,84	2,1	9,62	64,74
Kiaulienos kumpio maltinukai su ilgagrūdžiais ryžiais ir kopūstais (tausojantis)	4139	88/6/18	13,92	9,04	4,25	154
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	8047	100	2,12	0,11	20,88	92,96
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, paprikos)	903	50	0,43	0,1	2,36	12,05
Morkos	23412	55	0,55	0,06	5,72	25,58
Saulėgrąžų daigai	106643	10	0,24	0,59	0,23	7,19
Vanduo	23607	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**19,1**	**12**	**43,06**	**356,52**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su obuoliais	15791	100	4,34	5,52	33,96	202,87
Natūralus jogurtas (iki 3 proc. rieb.)	1679	15	0,56	0,45	0,77	9,33
Liofilizuoti vaisiai	100258	6	0,18	0,06	4,62	19,74
Ekologiškas fermentuotas avižų gėrimas	35338	330	0,66	0,66	18,48	82,5
Iš viso maitinimui:			**5,74**	**6,69**	**57,83**	**314,44**
Iš viso dienai:			**31,48**	**26,55**	**155,04**	**984,81**

Vesta Žiūraitienė

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:
Vesta Žūraitienė
Kauno „Nemuno" mokykla

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kvietinių kruopų košė su uogiene (tausojantis)	46838	150/15	5,31	3,43	35,53	194,24
Sezoniniai vaisiai	58364	70	0,7	0,28	16,38	70,84
Nesaldinta arbata	23601	100	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			**6,01**	**3,71**	**51,91**	**265,09**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių (šparaginių pupelių, brokolių, morkų) sriuba (augalinis) (tausojantis)	1538	100	1,13	3,3	8,32	67,54
Lašišos filė maltinis (tausojantis)	30049	80	14,12	11,79	5,36	184,07
Bulvių košė su batatais (tausojantis)	30947	70	1,84	2,77	15,92	95,94
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	64189	90	2,34	5,1	5,65	77,82
Brokoliai (tausojantis)	37102	30	0,87	0,09	1,5	10,29
Vanduo	23607	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**20,3**	**23,05**	**36,75**	**435,66**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc.rieb.) blynai	27559	120	12,93	11,29	33,3	286,54
Uogienė	20358	8	0,05	0,05	3,55	14,9
Nesaldinta arbata	6883	150	0,3	0,22	0,75	6,14
Iš viso maitinimui:			**13,28**	**11,56**	**37,6**	**307,58**
Iš viso dienai:			**39,59**	**38,32**	**126,26**	**1008,33**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:

I savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sorų kruopų košė su uogomis (tausojantis) (augalinis)	45555	150/15	4,16	1,04	26,19	130,72
Batono sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir varške (9 proc. rieb.)	24092	20/30/20	4,86	4,64	12,47	111,08
Sezoniniai vaisiai	3272	150	0,6	0	9,15	39
Nesaldinta arbata	23603	100	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			**9,62**	**5,68**	**47,81**	**280,81**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (tausojantis)	58866	100	1,71	2,11	8,08	58,1
Grietinė (30 rieb. proc.)	20359	10	0,26	3	0,27	29,12
Ruginė duona	1199	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Plikytų ryžių plovas su vištienos šlaunelių/kumpelių mėsa (tausojantis)	63777	80/70	16,62	5,2	30,55	235,53
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai, paprika)	36735	100	0,91	0,27	5,2	26,85
Kalafiorai (tausojantis)	37103	30	0,57	0,06	1,56	9,06
Vanduo su vaisiais/uogomis	23606	95/7	0,06	0,01	0,82	3,59
Iš viso maitinimui:			**21,11**	**10,91**	**56,68**	**409,31**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių pyragas su cinamonu (tausojantis)	9274	90	6,01	4,46	32,15	192,81
Liofilizuoti vaisiai	100259	10	0,3	0,1	7,7	32,9
Pienas (2,5 proc. rieb.)	35396	150	4,2	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			**10,51**	**8,31**	**46,9**	**304,46**
Iš viso dienai:			**41,24**	**24,9**	**151,39**	**994,58**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	33836	150	3,82	1,11	29,12	141,71
Sezoninai vaisiai	9214	100	1	0,4	23,4	101,2
Nesaldinta arbata	23604	100	0	0	0	0,02
Iš viso maitinimui:			**4,82**	**1,51**	**52,52**	**242,93**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su žiediniais kopūstais arba brokoliais (tausojantis) (augalinis)	97277	100	1,06	1,61	5,97	42,63
Ruginė duona	1199	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Orkaitėje garuose kepta kalakutienos filė su grietinėlė (36 proc. rieb.) ir daržovėmis (tausojantis)	64856	80/20	16,63	3,92	1,48	107,75
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis)	30080	80	4,2	2,35	26,12	142,38
Lapinių salotų, morkų, pomidorų, agurkų ir saldžiosios paprikos salotos	106647	100	0,9	1,15	5,56	36,18
Saulėgrąžų daigai	106643	10	0,24	0,59	0,23	7,19
Vanduo su vaisiais/uogomis	23608	100	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			**24,07**	**9,9**	**50,1**	**385,71**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4486	80	11,6	10,99	11,72	192,25
Juoda duona su sviestu (82 rieb. proc.)	15329	20/5	1,01	4,36	10,24	84,22
Agurkų lazdelės	23411	70	0,49	0	1,96	9,8
Nesaldinta arbata	23603	100	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			**13,1**	**15,35**	**23,92**	**286,28**
Iš viso dienai:			**41,99**	**26,76**	**126,54**	**914,92**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:



2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška sorų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir uogomis (tausojantis)	39147	150/5/15	6,92	7,59	30,83	219,33
Džiovinti obuoliai	21798	30	0,54	0,48	17,1	74,88
Nesaldinta arbata	6883	150	0,3	0,22	0,75	6,14
Iš viso maitinimui:			**7,76**	**8,29**	**48,68**	**300,35**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)	58868	100	1,06	1,01	8,99	49,32
Ruginė duona	1199	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos kotletas (tausojantis)	63778	70	14,3	5,28	6,79	131,86
Biri grikių košė (tausojantis)	46839	70	3,84	2,48	20,5	119,7
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	20060	90	0,8	0,08	6,64	30,5
Ridikėliai	10997	20	0,21	0,01	0,57	3,25
Vanduo su vaisiais/uogomis	23606	95/7	0,06	0,01	0,82	3,59
Iš viso maitinimui:			**21,25**	**9,13**	**54,51**	**385,28**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grūdėta varškė (iki 8 proc. rieb.)	6465	200	24	14	5,4	243,6
Trintos uogos	8528	20	0,14	0,08	3,07	13,56
Sezoniniai vaisiai	99105	100	0,3	0,4	12,3	54
Nesaldinta arbata	23601	100	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			**24,44**	**14,48**	**20,77**	**311,17**
Iš viso dienai:			**53,45**	**31,9**	**123,96**	**996,8**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:

Vesta Žiūraitienė

2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtas kiaušinis (tausojantis)	4487	60	8,26	7,09	0,59	99,13
Juoda duona su sviestu (82 rieb. proc.)	15329	20/5	1,01	4,36	10,24	84,22
Konservuoti žirneliai	57067	70	3,08	0,21	8,75	49,21
Sezoninai vaisiai	49347	100	0,7	0,2	18	76,6
Nesaldinta arbata	23604	100	0	0	0	0,02
Iš viso maitinimui:			**13,05**	**11,86**	**37,58**	**309,18**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	99337	100	0,83	3,06	5,92	54,55
Kiaulienos mentės ir jautienos kumpio maltinis su daržovėmis (tausojantis)	46655	30/30/30	12,52	12,42	6	185,82
Bulvių košė su batatais (tausojantis)	8860	70	1,84	2,77	15,92	95,94
Paprikos	6050	40	0,36	0,08	2,68	12,88
Agurkų lazdelės	23411	70	0,49	0	1,96	9,8
Vanduo	23607	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**16,04**	**18,33**	**32,48**	**358,99**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti avinžirnių makaronai su fermentiniu sūriu (50 proc. rieb.) (tausojantis)	29054	120/10	14,61	7,07	27,4	231,63
Ekologiškas fermentuotas avižų gėrimas	35338	330	0,66	0,66	18,48	82,5
Iš viso maitinimui:			**15,27**	**7,73**	**45,88**	**314,13**
Iš viso dienai:			**44,36**	**37,92**	**115,94**	**982,3**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:

Vesta Žiūraitienė

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	46842	150	5,28	3,66	28,26	167,1
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	29627	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoniniai vaisiai	6661	150	0,45	0,45	18,15	78,45
Nesaldinta arbata	23603	100	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			**11,07**	**8,27**	**46,49**	**304,68**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba su lęšiais (tausojantis) (augalinis)	99340	100	3,28	2,16	8,4	66,18
Batono skrebutis	12510	15	1,13	0,29	7,55	37,24
Jūros lydekos, lašišos maltinis (tausojantis)	24584	80/30	18,67	9,5	10,47	202,03
Virti ilgagrūdžiai ryžiai (augalinis) (tausojantis)	26191	50	1,56	1,2	15,16	77,68
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, agurkai)	23415	100	0,92	0,14	7,34	34,3
Lapinių salotų ir ridikėlių salotos	106648	60	0,55	0,55	1,45	12,97
Vanduo su vaisiais/uogomis	23608	100	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			**26,17**	**13,86**	**50,91**	**432,92**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blyneliai su bananais	29014	110	7,55	8,37	35,76	248,57
Liofilizuoti vaisiai	99931	5	0,38	0,19	2,53	13,31
Pienas (2,5 proc. rieb.)	35745	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso maitinimui:			**10,73**	**11,06**	**42,99**	**314,38**
Iš viso dienai:			**47,97**	**33,19**	**140,39**	**1051,98**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:

LIETUVOS RESPUBLIKA
Vesta Žiūraitienė
Kauno „Nemuno“ mokykla

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė su uogiene (tausojantis) (augalinis)	3244	150/8	3,87	0,25	29,78	136,81
Duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir natūraliu tepamu sūriu (21 proc. rieb.)	25147	20/4/15	1,81	6,69	10,88	110,96
Nesaldinta arbata	6883	150	0,3	0,22	0,75	6,14
Iš viso maitinimui:			**5,98**	**7,16**	**41,41**	**253,91**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (tausojantis)	58866	100	1,71	2,11	8,08	58,1
Grietinė (30 proc.rieb.)	933	8	0,21	2,4	0,22	23,3
Ruginė duona	17004	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Grikių ir kiaulienos kumpio troškinys (tausojantis)	48693	82/38	11,47	6,05	26,16	205
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, paprikos, pomidorai)	10181	60	0,52	0,12	3,06	15,4
Sezoniniai vaisiai	58363	80	0,32	0	7,92	32,96
Vanduo	23607	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**15,21**	**10,94**	**55,64**	**381,82**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc.rieb.) apkepas (tausojantis)	14435	110	16,14	12,66	15,64	241,13
Grietinės (30 proc.rieb.) ir jogurto (0,2 proc. rieb.) padažas su vanile	20364	25	1,4	3,18	2,88	45,7
Nesaldinta arbata	23604	100	0	0	0	0,02
Iš viso maitinimui:			**17,54**	**15,84**	**18,52**	**286,85**
Iš viso dienai:			**38,73**	**33,94**	**115,57**	**922,58**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:

LIETUVOS RESPUBLIKA
Vesta Žiūraitienė
Kauno „Nemuno“ mokykla

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	33836	150	3,82	1,11	29,12	141,71
Batonas su sviestu (82 proc.rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	15330	20/5/12	4,59	7,58	10,98	130,55
Nesaldinta arbata	23601	100	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			**8,41**	**8,69**	**40,1**	**272,27**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba su žirniais (augalinis) (tausojantis)	58871	100	2,92	2,18	10,66	73,95
Batono skrebutis	12510	15	1,13	0,29	7,55	37,24
Troškinta vištienos filė su žalumynais ir grietinėle (36 proc.rieb.) (tausojantis)	63781	85/25	13,2	8,44	1,31	134
Biri plikytų ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	20059	70	2,05	1,6	18,85	98
Burokėlių ir obuolių salotos (augalinis)	64192	60	1,25	3,9	3,21	52,98
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, paprikos)	37109	85	0,68	0,08	3,94	19,18
Vanduo	23607	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**21,23**	**16,49**	**45,52**	**415,35**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	97989	150	6,95	5,9	23,15	173,51
Sezoniniai vaisiai	58368	120	1,2	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta arbata	23604	100	0	0	0	0,02
Iš viso maitinimui:			**8,15**	**6,38**	**51,23**	**294,97**
Iš viso dienai:			**37,79**	**31,56**	**136,85**	**982,59**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:



3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška tiršta avižinių dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	46846	150/4	5,75	6,39	22,6	170,87
Uogienė	20358	8	0,05	0,05	3,55	14,9
Sezoninai vaisiai	49347	100	0,7	0,2	18	76,6
Nesaldinta arbata	23601	100	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			**6,5**	**6,64**	**44,15**	**262,38**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	58872	130	0,72	0,92	4,65	29,8
Ruginė duona	1199	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Plikytų ryžių plovas su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	48741	70/50	11,41	12,63	22,9	250,87
Šviežių daržovių rinkinukas (pomidorai, ridikai)	22713	50	0,52	0,12	2,16	11,76
Paprikų lazdelės	36591	70	0,63	0,14	4,69	22,54
Vanduo	23607	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**14,26**	**14,07**	**44,6**	**362,03**

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)	6318	120	16,99	12,02	19	252,17
Grietinės (30 proc.rieb.) ir jogurto (0,2 proc. rieb.) padažas su vanile	20364	25	1,4	3,18	2,88	45,7
Liofilizuoti vaisiai	100262	3	0,23	0,11	1,52	7,98
Nesaldinta arbata	6883	150	0,3	0,22	0,75	6,14
Iš viso maitinimui:			**18,92**	**15,53**	**24,15**	**311,99**
Iš viso dienai:			**39,68**	**36,24**	**112,9**	**936,4**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:

Vesta Žiūraitienė

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška trijų grūdų (avižų, miežių, kviečių) dribsnių košė (tausojantis)	46847	150	4,85	3,62	25	151,96
Batono sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir varške (9 proc. rieb.)	24092	20/3/20	4,86	4,64	12,47	111,08
Sezoniniai vaisiai	17423	90	0,27	0,27	10,89	47,07
Nesaldinta arbata	23604	100	0	0	0	0,02
Iš viso maitinimui:			**9,98**	**8,53**	**48,36**	**310,13**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	58873	100	2,67	5,15	9,92	96,74
Ruginė duona	17004	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Bulvių plokštainis su kalakutienos file	37160	115/45	11,71	6,09	19,3	178,85
Grietinė (30 proc. rieb.)	8934	10	0,26	3	0,27	29,12
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	23413	100	0,82	0,16	4	20,72
Brokoliai (tausojantis)	26037	60	1,02	0,11	1,75	12,01
Vanduo su vaisiais/uogomis	23608	100	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			**17,52**	**14,79**	**45,98**	**387,02**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su obuoliais	15791	100	4,34	5,52	33,96	202,87
Trintos šaldytos uogos	32636	10	0,07	0,03	2,69	11,32
Pienas (2,5 proc. rieb.)	35396	150	4,2	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			**8,61**	**9,3**	**43,7**	**292,94**
Iš viso dienai:			**36,11**	**32,62**	**138,04**	**990,09**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:



3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	254	80/10	10,14	11,77	4,28	163,64
Duona su sviestu (82 proc. rieb.)	25153	15/4	0,76	3,48	7,68	65,02
Ekologiškas fermentuotas avižų gėrimas	35338	330	0,66	0,66	18,48	82,5
Iš viso maitinimui:			**11,56**	**15,91**	**30,44**	**311,16**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su miežinėmis kruopomis ir kiaulienos kumpiu (tausojantis)	58874	83/4/13	3,5	3,05	8,87	76,91
Ruginė duona	1199	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Vištienos filė su grietinėle (36 proc. rieb.), šparaginėmis pupelėmis ir morkomis (tausojantis)	33081	55/15/40	16,03	6,19	4,08	136,12
Virti ilgagrūdžiai ryžiai (augalinis) (tausojantis)	15829	80	2,11	1,27	20,47	101,72
Burokėlių salotos (tausojantis) (augalinis)	6992	40	1,29	2,09	1,72	30,81
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, paprikos)	37109	85	0,68	0,08	3,94	19,18
Vanduo	23607	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**24,59**	**12,94**	**49,28**	**411,8**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	23418	160	4,41	4,17	42,36	224,61
Sezoniniai vaisiai	58369	100	0,4	0	6,1	26
Kefyras (2,5 proc.rieb.)	1672	100	3,2	2,5	4	51,3
Iš viso maitinimui:			**8,01**	**6,67**	**52,46**	**301,91**
Iš viso dienai:			**44,16**	**35,52**	**132,18**	**1024,87**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:



3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Biri grikių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	47430	150/3	5,33	3,89	28,31	169,6
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir virtu kiaušiniu	24307	25/5/20	4,09	6,53	11,62	121,61
Nesaldinta arbata	23604	100	0	0	0	0,02
Iš viso maitinimui:			**9,42**	**10,42**	**39,93**	**291,23**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta brokolių sriuba (augalinis) (tausojantis)	58875	100	1,02	3,09	6,99	59,9
Ruginė duona	1199	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Virti makaronai su maltu kiaulienos kumpiu (tausojantis)	48746	80/60	20,17	6,79	23,74	236,76
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	23413	100	0,82	0,16	4	20,72
Morkų lazdelės	9632	50	0,5	0,05	5,2	23,25
Ridikėliai	10997	20	0,21	0,01	0,57	3,25
Vanduo su vaisiais/uogomis	23608	100	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			**23,76**	**10,38**	**51,24**	**393,46**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas praturtintas avižų sėlenomis (tausojantis)	26460	120	18,18	10,93	19,28	248,14
Uogienė	20358	8	0,05	0,05	3,55	14,9
Sezoniniai vaisiai	99869	80	1,6	0	6,4	32
Nesaldinta arbata	23601	100	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			**19,83**	**10,98**	**29,23**	**295,05**
Iš viso dienai:			**53,01**	**31,78**	**120,4**	**979,74**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė

Patvirtino:



3 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška sorų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir uogomis (tausojantis)	39147	150/5/15	6,92	7,59	30,83	219,33
Sezoniniai vaisiai	58367	100	0,27	0,36	13,59	58,68
Nesaldinta arbata	23604	100	0	0	0	0,02
Iš viso maitinimui:			**7,19**	**7,95**	**44,42**	**278,03**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	58876	100	3,23	1,02	11,33	67,43
Lašišos ir jūros lydekos kepinukai (tausojantis)	18922	50/30	17,59	10,98	4,69	187,91
Bulvių košė su batatais (tausojantis)	8860	70	1,84	2,77	15,92	95,94
Šviežių kopūstų, morkų ir avokadų salotos	101431	100	1,27	5,41	6,02	77,85
Saulėgrąžų daigai	106643	10	0,24	0,59	0,23	7,19
Vanduo	23607	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**24,17**	**20,77**	**38,19**	**436,32**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Batonas su sviestu (82 proc.rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.)	25516	40/9/18	7,69	12,84	21,83	233,6
Liofilizuoti vaisiai	100258	6	0,18	0,06	4,62	19,74
Nesaldinta arbata	23604	100	0	0	0	0,02
Iš viso maitinimui:			**7,87**	**12,9**	**26,45**	**253,36**
Iš viso dienai:			**39,23**	**41,62**	**109,06**	**967,71**

Maitinimo organizavimo specialistė
Kamilė Krūgelytė