

# **KELMĖS „KŪLVERSTUKO“ LOPŠELIO-DARŽELIO**

## **20 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

4-6 metų vaikams

2018 m.

1 savaitė  
Pirmadienis

Šešėlių miesto savivaldybės administracijos  
direktorius pavaldumas

Gintautas Sitenis

2

Lilija Purotikienė  
Direktorė



**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	K-1	180	7,52	7,80	27,47	204,69
Uogienė		30	0,09	0,00	22,38	84,60
Melisų arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
*Morkos (smulkintos lazdelėmis)		150	1,50	0,30	13,05	46,50
<b>Iš viso:</b>			<b>9,11</b>	<b>8,10</b>	<b>62,90</b>	<b>335,79</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
* Vaisiai 10 val.		200	1,80	0,60	28,80	116,40
**Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis)	S-1.1	150	1,61	3,17	10,78	72,17
Pilno grūdo duona		35	2,59	0,56	14,98	81,55
Kiaulienos ir ryžių kukuliai (tausojantis)	A-1	90	16,97	6,82	6,46	155,08
Daržovių padažas	P-4	30	0,66	4,65	1,90	49,40
Virtos bulvės	GS-1	60	1,24	0,06	11,35	50,22
Pekinių kopūstų salotos su pomidorais ir ***aliejumi	GS-2	60	0,77	4,09	1,92	45,27
Agurkas		50	0,40	0,10	1,15	5,50
<b>Iš viso :</b>			<b>26,04</b>	<b>20,05</b>	<b>77,34</b>	<b>575,59</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	M-1	145	21,06	15,41	23,23	317,40
Natūralus jogurtas 2%		30	2,70	0,60	0,69	18,60
Ramunėlių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>23,76</b>	<b>16,01</b>	<b>23,92</b>	<b>336,00</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>58,91</b>	<b>44,16</b>	<b>164,16</b>	<b>1247,38</b>

Pastaba:

1. \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
2. \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
3. \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Almoškienė  
2018 m.

I savaitė  
Antradienis

Gintautas Sītnikas



3  
Lilija Paratūskienė  
Direktorė



**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	K-2.1	180	6,30	5,54	34,65	209,86
Pilno grūdo duona su sviestu	Š-3.1	25/5	1,89	4,53	10,74	95,45
Juoda arbata (nesaldinta)	G-3	200	0,00	0,00	0,00	0,00
*Vaisių ir/ar uogų desertas su natūraliu jogurtu	D-1	80/30	3,42	0,84	11,33	62,28
<b>Iš viso:</b>			<b>11,61</b>	<b>10,91</b>	<b>56,72</b>	<b>367,59</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal
*Vaisiai 10 val.		150	1,35	0,45	21,60	79,20
**Burokėlių sriuba su grietine 30%	S-3.1	150/4	1,31	3,78	9,09	71,17
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kepta paukštiesos blauzdelė (tausojantis)	A-2	80	19,56	14,87	0,67	213,47
Virti ryžiai su ciberžole	GS-10	60	2,20	0,10	19,13	89,00
Salotos su ridikėliais, pomidorais ir *** aliejumi	GS-26.1	60	0,41	4,04	2,21	44,85
Agurkas		40	0,32	0,08	0,92	4,40
<b>Iš viso:</b>			<b>26,63</b>	<b>23,64</b>	<b>62,18</b>	<b>548,69</b>

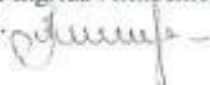
**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal
Bulvių piršteliai su varške (tausojantis)	M-3	150	7,90	3,93	37,58	214,11
Grietinė 10%		30	0,93	3,00	1,29	35,70
Kefyras 2,5%		200	6,80	5,00	9,80	120,00
<b>Iš viso:</b>			<b>15,63</b>	<b>11,93</b>	<b>48,67</b>	<b>369,81</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>53,87</b>	<b>46,48</b>	<b>167,57</b>	<b>1286,09</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Arnoškienė  
2018 m.



1 savaitė  
Trečiadienis

Gintautas Sitenikas



4

Lilija Parodžienė  
Direktorė



**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė (tausojantis)	K-11	180	7,03	6,15	31,11	211,76
Šaldytos trintos uogos		30	0,26	0,10	5,86	23,08
Varškės sūris 22% su medumi	Š-1	30/15	5,51	6,60	13,40	134,70
Melisų arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>12,80</b>	<b>12,85</b>	<b>50,37</b>	<b>369,54</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		150	1,35	0,45	21,60	79,20
**Žalių žirnelių sriuba su daržovėmis (augalinis)	S-18.1	150	2,68	3,19	11,69	75,22
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,32	8,56	46,60
Troškintas jautienos ir kiaulienos kukulis (tausojantis)	A-3	80	16,92	11,08	2,41	177,23
Virtos perlinės kruopos	GS-19	60	2,95	2,19	22,58	115,38
Kopūstų salotos su ***aliejumi	GS-5	60	0,76	5,09	3,59	58,03
Pomidoras		50	0,50	0,10	2,05	8,50
<b>Iš viso:</b>			<b>26,64</b>	<b>22,42</b>	<b>72,48</b>	<b>560,16</b>

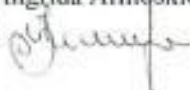
**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti cukinijų blynai	M-12	140	6,91	9,92	29,21	229,98
Trinti konservuoti vaisiai		30	0,15	0,06	4,56	19,80
Pienas 2,5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
<b>Iš viso:</b>			<b>13,86</b>	<b>14,98</b>	<b>43,57</b>	<b>361,78</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>53,30</b>	<b>50,25</b>	<b>166,42</b>	<b>1291,48</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubų galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Armoškienė  
2018 m.





20.18-08-14

UOP Nr. 5933

I savaitė  
Ketvirtadienis

Gintautas Sitnikas

**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	A-4.1	100	11,73	13,42	6,23	191,77
Agurkas		50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pilno grūdo duona su sviestu	Š-3.1	30/5	2,25	4,61	12,88	107,10
Čiobrelių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>14,38</b>	<b>18,13</b>	<b>20,26</b>	<b>304,37</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		200	1,80	0,60	28,80	116,40
**Pupelių sriuba su daržovėmis	S-2.1	150	5,28	2,87	18,09	106,16
Pilno grūdo duona		30	2,22	0,48	12,84	69,90
Kepta lašišos filė (tausojantis)	A-5	70	16,93	13,57	0,18	190,00
Bulvių košė	GS-3	50	1,13	1,89	8,09	53,38
Burokėlių salotos su žirneliais ir ***aliejumi	GS-11.1	60	1,28	4,16	6,36	60,33
Pomidoras		50	0,50	0,10	2,05	8,50
<b>Iš viso:</b>			<b>29,14</b>	<b>23,67</b>	<b>76,41</b>	<b>604,67</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su griekiais (augalinis, tausojantis)	A-23	100/90	8,21	4,80	41,38	229,58
Grūdų traputis su varškės užtepu	Š-6	10/20	3,27	1,57	7,99	58,74
Pienas 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
<b>Iš viso:</b>			<b>16,58</b>	<b>10,12</b>	<b>56,72</b>	<b>372,32</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>60,10</b>	<b>51,92</b>	<b>153,39</b>	<b>1281,36</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).



2018-08-14

UVP: 5933

1 savaitė  
Penktadienis

Gintautas Sītnikas

**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	K-9.1	180	4,90	4,89	37,60	202,86
Vaisių salotos su natūraliu jogurtu	D-2.1	120/80	8,09	1,94	21,14	130,00
Ramunėlių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>12,99</b>	<b>6,83</b>	<b>58,74</b>	<b>332,86</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		150	1,35	0,45	21,60	79,20
**Trinta moliūgų sriuba su daržovėmis	S-14	150	1,48	3,40	10,09	73,71
Pilno grūdo duona		40	2,96	0,64	17,12	93,20
Troškinta kalakutiena su daržovėmis (tausojantis)	A-14	60/55	18,00	8,74	4,83	163,80
Virti lęšiai	GS-16.1	70	8,42	3,14	15,77	133,97
Pomidoras		50	0,50	0,10	2,05	8,50
Agurkas		50	0,40	0,10	1,15	5,50
<b>Iš viso:</b>			<b>33,11</b>	<b>16,57</b>	<b>72,61</b>	<b>557,88</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba (tausojantis)	S-6	180	6,65	6,38	22,83	175,51
Avižiniai sausainiai su bananais	M-13	80	5,93	6,30	32,98	202,82
<b>Iš viso:</b>			<b>12,58</b>	<b>12,68</b>	<b>55,81</b>	<b>378,33</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>58,68</b>	<b>36,08</b>	<b>187,16</b>	<b>1269,07</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu).

Parengė Ingrida Armoškienė  
2018 m.

2 savaitė  
Pirmadienis

Gintautas Sitnikas




**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	K-2.1	180	6,30	5,54	34,65	209,86
Pilno grūdo duona su sviestu	Š-3.1	25/5	1,89	4,53	10,74	95,45
Juoda arbata (nesaldinta)	G-3	200	0,00	0,00	0,00	0,00
*Vaisių ir/ar uogų desertas su natūraliu jogurtu	D-1	80/30	3,42	0,84	11,33	62,28
<b>Iš viso:</b>			<b>11,61</b>	<b>10,91</b>	<b>56,72</b>	<b>367,59</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		150	1,35	0,45	21,60	79,20
**Pupelių sriuba su daržovėmis	S-2.1	150	5,28	2,87	18,09	106,16
Pilno grūdo duona		35	2,59	0,56	14,98	81,55
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	A-7	80	13,48	3,98	2,44	134,21
Daržovių padažas	P-4	30	0,62	4,78	1,84	50,08
Virtos bulvės	GS-1	60	1,24	0,06	11,35	50,22
Kopūstų salotos su agurkais ir ***aliejumi	GS-12	60	0,75	5,12	2,69	56,13
Pomidoras		50	0,50	0,10	2,05	8,50
<b>Iš viso:</b>			<b>25,81</b>	<b>17,92</b>	<b>75,04</b>	<b>566,05</b>

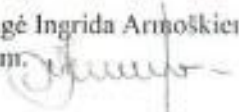
**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių ir varškės kotletai	M-9	150	11,47	5,60	35,75	236,98
Natūralus jogurtas 2%		30	2,70	0,60	0,69	18,60
Kefyras 2,5%		200	6,80	5,00	9,80	120,00
<b>Iš viso:</b>			<b>20,97</b>	<b>11,20</b>	<b>46,24</b>	<b>375,58</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>58,39</b>	<b>40,03</b>	<b>178,00</b>	<b>1309,22</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Arnoškienė  
2018 m.



2 savaitė  
Antradienis

Gintautas Sīnikas

8



20.12-09-14  
UVP-5833

**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių košė (tausojantis)	K-10	180	6,92	2,66	35,50	198,40
Šaldytos (sezoninės) trintos uogos		40	0,34	0,13	7,81	30,77
Čiobrelių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
*Smulkinti bananais su trintomis šaldytomis braškėmis	D-4	120/50	1,94	0,36	30,22	130,40
<b>Iš viso:</b>			<b>9,20</b>	<b>3,15</b>	<b>73,53</b>	<b>359,57</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		150	1,35	0,45	21,60	79,20
**Raugintų kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis) arba	S-8.1	150	1,28	3,08	9,14	67,92
***Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis)	S-1.1	150	1,61	3,17	10,78	72,17
Pilno grūdo duona		35	2,59	0,56	14,98	81,55
Paukštienos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	A-8	70/60	22,75	7,56	4,87	173,17
Virtos perlinės kruopos	GS-19	60	2,95	2,19	22,58	115,38
Pekinių salotos su ridikėliais, agurkais ***aliežumi	GS-15	60	0,69	5,06	1,73	52,55
Pomidoras		50	0,50	0,10	2,05	8,50
<b>Iš viso:</b>			<b>32,11</b>	<b>19,00</b>	<b>76,95</b>	<b>578,27</b>
<b>***Iš viso:</b>			<b>32,44</b>	<b>19,09</b>	<b>78,59</b>	<b>582,52</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	M-2	150	20,23	9,83	38,12	319,90
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,61	58,60
Melisių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>20,71</b>	<b>15,83</b>	<b>38,73</b>	<b>378,50</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>62,02</b>	<b>37,98</b>	<b>189,21</b>	<b>1316,34</b>
<b>****Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>62,35</b>	<b>38,07</b>	<b>190,85</b>	<b>1320,59</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliežus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parėngė Ingrida Armoškienė  
2018 m.



2 savaitė  
Trečiadienis



2018-08-14  
VVP-5933

**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (augalinis, tausojantis)	K-5.1	180	5,00	4,21	31,77	176,82
Supjaustytos arba trintos uogos ir vaisiai (sezoniniai, šaldyti)		40	0,30	0,13	5,62	22,88
Varškės sūris 22% su medumi	Š-1	25/10	4,50	5,50	9,12	104,15
Pienas 2,5%		120	4,08	3,00	5,88	67,20
<b>Iš viso:</b>			<b>13,88</b>	<b>12,84</b>	<b>52,39</b>	<b>371,05</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		200	1,80	0,60	28,80	116,40
**Žirnių sriuba su daržovėmis	S-9	150	4,55	2,82	16,72	105,49
Pilno grūdo duona		40	2,96	0,64	17,12	93,20
Žuvies maltinis (tausojantis) arba	A-9	80	13,15	7,58	6,26	145,15
****Žuvies apkepas (tausojantis)	A-21	85	13,24	7,41	8,73	153,59
Bulvių košė	GS-3	50	1,13	1,89	8,09	53,38
Burokėlių salotos su agurkais, žirneliais ir ***aliejumi	GS-13	60	1,35	5,16	5,25	67,06
Agurkas		40	0,32	0,08	0,92	4,40
<b>Iš viso:</b>			<b>25,26</b>	<b>18,77</b>	<b>83,16</b>	<b>585,08</b>
<b>***Iš viso:</b>			<b>25,35</b>	<b>18,60</b>	<b>85,63</b>	<b>593,52</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	A-4.1	100	11,73	13,42	6,23	191,77
Pomidoras		50	0,50	0,10	2,05	8,50
Pilno grūdo duona su sviestu	Š-3.1	30/5	2,25	4,61	12,88	107,10
Čiobrelių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>14,48</b>	<b>18,13</b>	<b>21,16</b>	<b>307,37</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>53,62</b>	<b>49,74</b>	<b>156,71</b>	<b>1263,50</b>
<b>****Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>53,71</b>	<b>49,57</b>	<b>159,18</b>	<b>1271,94</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar nogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubų galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Armoškienė  
2018 m.

2 savaitė  
Ketvirtadienis

Gintautas Šitnikas



10

Lilija Parandikiūtė  
Direktoriaus pavaduotoja



**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	K-7	180	7,55	6,32	33,33	213,28
Grūdų traputis su varškės užtepu	Š-6	20/30	5,38	2,48	15,71	105,86
Melių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
*Vaisiai		100	0,90	0,30	14,40	52,80
<b>Iš viso:</b>			<b>13,83</b>	<b>9,10</b>	<b>63,44</b>	<b>371,94</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		150	1,35	0,45	21,60	79,20
**Trinta žiedinių kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis)	S-4	150	2,04	3,22	9,22	72,57
Pilno grūdo duona		30	2,22	0,48	12,84	69,90
Ryžių troškiny su kalakutienu ir daržovėmis (tausojantis)	A-11	120/70	20,31	10,12	26,24	276,90
Salotos (gūžinės, lapinės) su pomidorais ir ***aliejumi	GS-25	60	0,59	5,03	2,09	53,29
Agurkas		40	0,32	0,08	0,92	4,40
<b>Iš viso:</b>			<b>26,83</b>	<b>19,38</b>	<b>72,91</b>	<b>556,26</b>

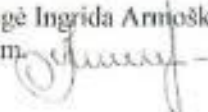
**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Banany ir obuolių sklindžiai	M-11	110	9,23	9,72	32,30	247,28
Natūralus jogurtas 2%		30	2,70	0,60	0,69	18,60
Pienas 2,5 %		180	6,12	4,50	8,82	100,80
<b>Iš viso:</b>			<b>18,05</b>	<b>14,82</b>	<b>41,81</b>	<b>366,68</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>58,71</b>	<b>43,30</b>	<b>178,16</b>	<b>1294,88</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Armoškienė  
2018 m.



2 savaitė  
Penktadienis

11

Lilija Palančiūnienė  
Direktorė



2018-09-14  
1107-5983

**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	Š-2	82	10,08	9,59	0,57	128,74
Žali žirneliai, agurkas		30/30	2,16	0,18	5,79	24,30
Pilno grūdo duona su sviestu	Š-3	40/8	3,02	7,25	17,18	152,72
Ramunėlių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
*Morkos (smulkintos lazdelėmis)		100	1,00	0,20	8,70	31,00
<b>Iš viso:</b>			<b>16,26</b>	<b>17,22</b>	<b>32,24</b>	<b>336,76</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		200	1,80	0,60	28,80	116,40
**Trinta lęšių sriuba su daržovėmis (augalinis)	S-7	150	5,79	3,47	17,60	126,82
Pilno grūdo duona		25	1,85	0,4	10,7	58,25
Troškinti jautienos ir kiaulienos kukuliai (tausojantis)	A-3	80	16,92	11,08	2,41	177,23
Virti griekiai	GS-8	60	3,54	1,59	19,42	104,32
Pekino kopūstų salotos su pomidorais, agurkais, ridikėliais ir ***aliejumi	GS-6	60	0,75	5,08	1,99	54,43
<b>Iš viso:</b>			<b>30,65</b>	<b>22,22</b>	<b>80,92</b>	<b>637,45</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) arba	K-12	180	6,83	6,20	35,73	218,56
****Kukurūzų kruopų apkepas (tausojantis)	K-4	140	7,19	7,37	37,29	236,02
Trintos uogos (šaldytos arba sezoninės)		40	0,34	0,14	8,44	33,22
Pienas 2,5%		160	5,44	4,00	7,84	89,60
<b>Iš viso:</b>			<b>12,61</b>	<b>10,34</b>	<b>52,01</b>	<b>341,38</b>
<b>****Iš viso:</b>			<b>12,97</b>	<b>11,51</b>	<b>53,57</b>	<b>358,84</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>59,52</b>	<b>49,78</b>	<b>165,17</b>	<b>1315,59</b>
<b>****Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>59,88</b>	<b>50,95</b>	<b>166,73</b>	<b>1333,05</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Armoškienė  
2018 m.

3 savaitė  
Pirmadienis

Gintautas Sitnikas




**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	K-3	180	8,69	6,66	36,02	228,41
Melisų arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
*Vaisių ir/ar uogų kokteilis su pasukomis	D-5	130/60	2,97	0,57	19,93	90,18
<b>Iš viso:</b>			<b>11,66</b>	<b>7,23</b>	<b>55,95</b>	<b>318,59</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		200	1,80	0,60	28,80	116,40
**Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis)	S-1.1	150	1,61	3,17	10,78	72,17
Pilno grūdo duona		35	2,59	0,56	14,98	81,55
Paukštienos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	A-19	60/60	19,61	7,56	5,09	160,10
Virti griekiai	GS-8	60	3,54	1,59	19,42	104,32
Špinatų salotos su pomidoru ir ***aliejumi	GS-9	50	0,78	4,10	1,68	43,68
Agurkas		40	0,32	0,08	0,92	4,40
<b>Iš viso:</b>			<b>30,25</b>	<b>17,66</b>	<b>81,67</b>	<b>582,62</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (tausojantis)	M-6	140	16,46	8,99	33,94	282,75
Grietinė 30%		30	0,72	9,00	0,93	87,90
Ramunėlių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>17,18</b>	<b>17,99</b>	<b>34,87</b>	<b>370,65</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>59,09</b>	<b>42,88</b>	<b>172,49</b>	<b>1271,86</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Armoškienė  
2018 m.



3 savaitė  
Antradienis

Gintautas Sitnikas



13

Lilija Paradnikienė  
Direktorė



2018-08-14  
UAP-5933



**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	K-9.1	180	4,90	4,89	37,60	202,86
Varškės sūris 22% su konservuotais vaisiais	Š-1.1	30/20	6,26	6,60	4,18	99,30
Pienas 2,5%	G-1	130	4,42	3,25	6,37	72,80
<b>Iš viso:</b>			<b>15,58</b>	<b>14,74</b>	<b>48,15</b>	<b>374,96</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		200	1,80	0,60	28,80	116,40
**Pupelių sriuba su daržovėmis	S-2.1	150	5,28	2,87	18,09	106,16
Pilno grūdo duona		40	2,96	0,64	17,12	93,20
Virti kalakutienos kukuliai (tausojantis)	A-18	80	18,99	6,48	3,85	149,44
Virtos bulvės	GS-1	60	1,24	0,06	11,35	50,22
Pekino kopūstų salotos su ridikėliais, agurkais ir ***aliejumi	GS-15	60	0,69	5,07	1,73	52,60
Pomidoras		50	0,50	0,10	2,05	8,50
<b>Iš viso:</b>			<b>31,46</b>	<b>15,82</b>	<b>82,99</b>	<b>576,52</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	Š-2	82	10,08	9,59	0,57	128,74
Žali žirneliai, agurkas		30/30	2,16	0,18	5,79	24,30
Pilno grūdo duona su sviestu	Š-3	40/8	3,02	7,25	17,18	152,72
Čiobrelių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>15,26</b>	<b>17,02</b>	<b>23,54</b>	<b>305,76</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>62,30</b>	<b>47,58</b>	<b>154,68</b>	<b>1257,24</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Arnoškienė  
2018 m.



3 savaitė  
Trečiadienis

14

Lilija Paronikienė  
Direktorė



2018-09-11

VOP-5933



**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	K-1.1	160	6,84	6,47	26,48	186,05
Trinti konservuoti vaisiai		35	0,18	0,07	5,32	23,50
Pienas 2,5%		140	4,76	3,50	6,86	78,40
*Smulkinti bananai su trintomis šaldytomis braškėmis	D-4	60/30	1,02	0,18	15,36	66,60
<b>Iš viso:</b>			<b>12,80</b>	<b>10,22</b>	<b>54,02</b>	<b>354,55</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		200	1,80	0,60	28,80	116,40
**Žalių žirnelių sriuba su daržovėmis (augalinis)	S-18.1	150	2,68	3,19	11,69	75,22
Pilno grūdo duona		30	2,22	0,48	12,84	69,90
Kiaulienos maltinis su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis)	A-15	90	12,57	15,48	5,59	210,97
Bulvių košė	GS-3	50	1,13	1,89	8,09	53,38
Kopūstų salotos su agurkais ir ***aliejumi	GS-12	60	0,75	5,12	2,69	56,13
Agurkas		40	0,32	0,08	0,92	4,40
<b>Iš viso:</b>			<b>21,48</b>	<b>26,84</b>	<b>70,62</b>	<b>586,40</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	M-8	85/50	14,17	14,90	36,46	333,41
Natūralus jogurtas 2%		30	2,70	0,60	0,69	18,60
Melisių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>16,87</b>	<b>15,50</b>	<b>37,15</b>	<b>352,01</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>51,14</b>	<b>51,56</b>	<b>161,79</b>	<b>1292,96</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu).
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Armoškienė

2018 m.

3 savaitė  
Ketvirtadienis

Gintautas Sėnikas



15

Lilija Parado  
Direktore



**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	K-2.1	180	6,30	5,54	34,65	209,86
Grūdų tarputis su varškės užtepu	Š-6	20/30	5,38	2,48	15,71	105,86
Juoda arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
*Vaisių ir/ar uogų desertas su natūraliu jogurtu	D-1	80/20	2,52	0,64	11,10	56,08
<b>Iš viso:</b>			<b>14,20</b>	<b>8,66</b>	<b>61,46</b>	<b>371,80</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		100	0,90	0,30	14,40	58,20
**Burokėlių sriuba su grietine	S-3.1	150/4	1,31	3,78	9,09	71,17
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,32	8,56	46,60
Viso grūdo virti makaronai su troškinta jautiena (versiena) (tausojantis)	A-6	110/70	24,94	14,68	30,67	352,18
Pekino kopūstų salotos su ridikėliais, pomidorais ir ***aliejumi	GS-6	60	0,75	5,08	1,99	54,43
<b>Iš viso:</b>			<b>29,38</b>	<b>24,16</b>	<b>64,71</b>	<b>582,58</b>

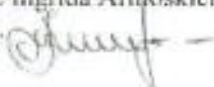
**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	M-1	145	21,06	15,41	23,23	317,40
Trinti konservuoti vaisiai		40	0,20	0,08	6,08	26,40
Ramunėlių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>21,26</b>	<b>15,49</b>	<b>29,31</b>	<b>343,80</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>64,84</b>	<b>48,31</b>	<b>155,48</b>	<b>1298,18</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parėngė Ingrida Armoškienė  
2018 m.



Šių metų sveikybės administracijos  
direktoriaus pavaduotojas

Gintautas Sitnikas



3 savaitė  
Penktadienis

### Pusryčiai 8.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	A-4	80	9,25	13,81	5,65	182,76
Agurkas		50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pilno grūdo duona su sviestu	Š-3.2	35/6	2,63	4,69	15,02	118,75
Čiobrelių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
*Morkos (smulkintos lazdelėmis)		150	1,50	0,30	13,05	46,50
Iš viso:			13,78	18,90	34,87	353,51

### Pietūs 12.10 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		150	1,35	0,45	21,60	79,20
**Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (augalinis)	S-13	150	2,33	3,35	18,79	108,52
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kepta lašišos filė (tausojantis)	A-5	70	16,93	13,57	0,18	190,00
Virti lęšiai	GS-16	50	6,49	2,17	12,17	101,01
Burokėlių salotos su žaliais žirneliais ir ***aliežumi	GS-11.1	60	1,28	4,16	6,36	60,33
Agurkas		40	0,32	0,08	0,92	4,40
Iš viso:			30,18	24,10	68,58	590,06

### Vakarienė 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių piršteliai su varške (tausojantis)	M-3	150	7,90	3,93	37,58	214,11
Natūralus jogurtas 2%		30	2,70	0,60	0,69	18,60
Kefyras 2,5%		170	5,78	4,25	8,33	102,00
Iš viso:			16,38	8,78	46,60	334,71
Iš viso (dienos davinio):			60,34	51,78	150,05	1278,28

Pastaba:

- \*vaisius, nogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliežus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Armoškienė  
2018 m.



4 savaitė  
Pirmadienis

Gintautas Sitnikas



17

Lilija Paradnikienė  
Direktoriė



2018-08-14

5833

**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių dribsnių košė (tausojantis)	K-4	180	6,52	2,94	36,26	198,00
Trinti konservuoti vaisiai		30	0,15	0,06	4,56	19,80
Pienas 2,5%		140	4,76	3,50	6,89	78,40
*Bananų ir apelsinų desertas	D-3	60/40	1,04	0,26	18,26	75,40
<b>Iš viso:</b>			<b>12,47</b>	<b>6,76</b>	<b>65,97</b>	<b>371,60</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		150	1,35	0,45	21,60	79,20
**Burokėlių sriuba su grietine	S-3.1	150/4	1,31	3,78	9,09	71,17
Pilno grūdo duona		30	2,22	0,48	12,84	69,90
Kalakutienos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	A-17	70/60	20,83	8,10	4,87	170,28
Virtos perlinės kruopos	GS-19	60	2,95	2,19	22,58	115,38
Kopūstų salotos su ***aliejumi	GS-5	60	0,76	5,09	3,59	58,03
Pomidoras		40	0,32	0,08	0,92	4,40
<b>Iš viso:</b>			<b>29,74</b>	<b>20,17</b>	<b>75,49</b>	<b>568,36</b>

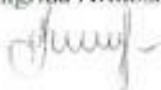
**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su pupelėmis (augalinis, tausojantis)	A-22.1	80/85	10,48	5,81	29,67	184,96
Pilno grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu	Š-6	30/5/20	6,46	10,21	13,28	176,10
Ramunėlių arbata (nesaldinta)	G-1	150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>16,94</b>	<b>16,02</b>	<b>42,95</b>	<b>361,06</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>59,15</b>	<b>42,95</b>	<b>184,41</b>	<b>1301,02</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubų galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Armoškiecė  
2018 m.





2018-08-14  
UVP # 5833

4 savaitė  
Antradienis

Gintautas Sitnikas

**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	A-4	80	9,25	13,81	5,65	182,76
Pomidoras		40	0,40	0,08	1,64	6,80
Žali žirneliai		50	3,20	0,20	8,50	35,00
Pilno grūdo duona su sviestu	Š-3.2	30/4	2,25	3,78	12,87	99,66
Melisų arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>15,10</b>	<b>17,87</b>	<b>28,66</b>	<b>324,22</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		150	1,35	0,45	21,60	79,20
**Trinta moliūgų sriuba su daržovėmis (augalinis)	S-14	150	1,28	2,56	9,13	62,07
Pilno grūdo duona		30	2,22	0,48	12,84	69,90
Jautienos ir kiaulienos maltinis (tausojantis)	A-10	80	16,50	13,88	2,78	198,29
Virti griekiai	GS-8	60	3,54	1,59	19,42	104,32
Pekinių kopūstų salotos su pomidorais ir ***aliejumi	GS-2	60	0,77	4,09	1,92	45,27
Agurkas		30	0,24	0,06	0,69	3,30
<b>Iš viso:</b>			<b>25,90</b>	<b>23,11</b>	<b>68,38</b>	<b>562,35</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių ir varškės kotletai	M-9	150	11,47	5,60	35,75	236,98
Natūralus jogurtas 2%		30	2,70	0,60	0,69	18,60
Kefyras 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	90,00
<b>Iš viso:</b>			<b>19,27</b>	<b>9,95</b>	<b>43,79</b>	<b>345,58</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>60,27</b>	<b>50,93</b>	<b>140,83</b>	<b>1232,15</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu).
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Armoškienė  
2018 m.

Šeimos rėmimo savivaldybės administracijos  
Direkcinis parašavotėjas

Gintautas Sitaikas

19

Lilija Paronikienė  
Direktorė



2018-08-14  
Vėp 5833

4 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė (tausojantis)	K-11	180	7,03	6,15	31,11	211,76
Uogienė		25	0,08	0,00	18,65	70,50
Pienas 2,5%		160	5,44	4,00	7,84	89,60
		<b>Iš viso:</b>	<b>12,55</b>	<b>10,15</b>	<b>57,60</b>	<b>371,86</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		140	1,26	0,42	20,16	73,92
**Žirnių sriuba su daržovėmis (augalinis)	S-9	150	4,53	3,33	16,69	109,69
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,32	8,56	46,60
Ryžių troškiny su daržovėmis ir kiauliena (tausojantis)	A-12	120/70	21,65	12,41	26,00	302,23
Salotos su ridikėliais, pomidorais ir ***aliejumi	GS-26.1	60	0,41	4,04	2,21	44,85
Agurkas		30	0,24	0,06	0,69	3,30
		<b>Iš viso:</b>	<b>29,57</b>	<b>20,58</b>	<b>74,31</b>	<b>580,59</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	M-2	150	20,23	9,83	38,12	319,90
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,60
Čiobrelių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
		<b>Iš viso:</b>	<b>20,71</b>	<b>15,83</b>	<b>38,74</b>	<b>378,50</b>
		<b>Iš viso (dienos davinio):</b>	<b>62,83</b>	<b>46,56</b>	<b>170,65</b>	<b>1330,95</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogių, moliūgų).

Parengė Ingrida Armoškienė  
2018 m.



4 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	K-2.1	180	6,30	5,54	34,65	209,86
Varškės sūris 22% su trintais konservuotais vaisiais	Š-1.1	25/15	4,63	5,53	3,23	81,65
Pienas 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
<b>Iš viso:</b>			<b>16,03</b>	<b>14,82</b>	<b>45,23</b>	<b>375,51</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		150	1,35	0,45	21,60	79,20
**Trinta lęšių sriuba su daržovėmis	S-7	150	5,68	2,94	16,53	117,87
Pilno grūdo duona		30	2,22	0,48	12,84	69,90
Žuvies maltinis (tausojantis)	A-9	80	13,15	7,58	6,26	145,15
Bulvių košė	GS-3	60	1,40	2,78	10,03	70,04
Burokėlių salotos su agurkais, žirneliais ir ***aliejumi	GS-13	60	1,35	5,16	5,25	67,06
Pomidoras		40	0,40	0,08	1,64	6,40
<b>Iš viso:</b>			<b>25,55</b>	<b>19,47</b>	<b>74,15</b>	<b>555,62</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės, morkų ir avižinių dribsnių blynai	M-4	140	13,16	10,68	34,15	279,34
Uogienė		30	0,10	0,00	22,38	84,60
Ramunėlių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>13,26</b>	<b>10,68</b>	<b>56,53</b>	<b>363,94</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>54,84</b>	<b>44,97</b>	<b>175,91</b>	<b>1295,07</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.,
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu),
- \*\*\*aliejus (saulėgrąžų, alyvuogų, moliūgų).



2018-09-14



4 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) arba	K-12	180	6,83	6,20	35,73	218,56
****Sorų kruopų košė (tausojantis)	K-6	180	8,23	7,00	32,53	219,36
Melisių arbata (nesaldinta)	G-1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
*Vaisių ir/ar uogų desertas su natūraliu jogurtu	D-1	130/60	6,57	1,59	18,67	108,18
<b>Iš viso:</b>			<b>13,40</b>	<b>7,79</b>	<b>54,40</b>	<b>326,74</b>
<b>****Iš viso:</b>			<b>14,80</b>	<b>8,59</b>	<b>51,20</b>	<b>327,54</b>

**Pietūs 12.10 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Vaisiai 10 val.		200	1,80	0,60	28,80	116,40
**Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis)	S-1.1	150	1,61	3,17	10,78	72,17
Pilno grūdo duona		40	2,96	0,64	17,12	93,20
Paukštienos maitinis (tausojantis)	A-4.1	80	20,84	5,10	3,04	141,25
Pomidorų ir grietinės padažas	P-3	30	0,59	6,02	0,92	60,60
Virtos bulvės	GS-1	60	1,24	0,06	11,35	50,22
Troškintos morkos su šaldytais žirneliais	GS-2.1	50	0,76	2,61	3,40	38,27
Agurkas		50	0,40	0,10	1,15	5,50
<b>Iš viso:</b>			<b>30,20</b>	<b>18,30</b>	<b>76,56</b>	<b>577,61</b>

**Vakarienė 15.50 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	S-15	150	4,22	5,57	15,23	124,81
Varškės desertas su konservuotais vaisiais	D-6	110/40	16,48	8,87	13,67	201,64
<b>Iš viso:</b>			<b>20,70</b>	<b>14,44</b>	<b>28,90</b>	<b>326,45</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>64,30</b>	<b>40,53</b>	<b>159,86</b>	<b>1230,80</b>
<b>****Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>65,70</b>	<b>41,33</b>	<b>156,66</b>	<b>1231,60</b>

Pastaba:

- \*vaisius, uogas, daržoves ir vaisių ir/ar uogų desertus galima teikti 10 val.
- \*\*sriubą galima teikti papildomo maitinimo metu. (Sriubos kiekis 180 g, jei teikiama papildomo maitinimo metu).

Parengė Ingrida Armiškienė  
2018 m.