

PATVIRTINTA  
Druskininkų lopšelio-darželio „Žibutė“  
direktoriaus 2021m. \_\_\_\_\_ d.  
įsakymu Nr. V-1-\_\_\_\_

## **Druskininkų lopšelis-darželis „Žibutė“**

**Vytauto g. 24A , Druskininkai**

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programos vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

## **15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

4-7 metų vaikams

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 7.30 val. iki 18.00 val.

1 savaitė

1 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Ryžių košė su džiovintais vaisiais ir sviestu, T		200/9/4	5,51	5,31	52,17	275,55
Pilno grūdo batonas su desertine varške		30/20	1,36	1,16	9,44	53,54
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>7,07</b>	<b>6,47</b>	<b>66,56</b>	<b>349,30</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Pupelių sriuba, T, A		150	4,51	5,41	16,73	132,73
Pilno grūdo duona		20	1,90	0,38	8,24	43,98
Vištienos guliašas, T		80/40	21,56	8,95	7,43	196,48
Bulvių košė su sviestu, T		80/3	1,36	2,70	10,36	71,14
Kopūstų, cukinijų, morkų, porų ir salierų salotos, A		50	3,21	0,08	2,29	36,66
Agurkas, A		50	0,35	0	1,4	7
Vanduo su uogomis		150	0,02	0	0,1	0,47
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>38,05</b>	<b>22,97</b>	<b>74,60</b>	<b>528,46</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Virti varškėčiai, T		120	16,23	7,11	39,27	286,02
Grietinė 30%		25	0,6	7,5	0,7	72,8
Traputis		15	0,95	0,29	7,12	36,1
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>17,78</b>	<b>14,90</b>	<b>47,09</b>	<b>394,87</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>62,91</b>	<b>44,34</b>	<b>188,25</b>	<b>1272,62</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

1 savaitė

2 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
5 grūdų dribsnių košė su sviestu, T		200/4	6,49	6,22	30,49	203,37
Pilno grūdo batonas su sviestu ir varškės sūriu		20/3/20	4,77	6,27	9,04	112,60
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>12,76</b>	<b>10,87</b>	<b>53,73</b>	<b>366,19</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Raugintų kopūstų sriuba, A, T		150	4,04	3,40	15,35	107,59
Pilno grūdo duona		20	1,90	0,38	8,24	43,98
Jautienos kukulis, T		60	14,65	4,94	4,28	121,01
Virti griekiai su sviestu, T		60/3	3,30	2,71	17,10	104,46
Burokėlių salotos su raug. agurku ir konservuotais žirneliais, A, T		50	1,11	3,52	4,19	51,21
Cukinių lazdelės, A		30	0,36	0,03	1,02	4,80
Vanduo su džiovintu vaisiumi		150	0,02	0	0,1	0,47
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>30,05</b>	<b>18,42</b>	<b>76,96</b>	<b>473,53</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Makaronai su daržovių padažu ir fermentiniu sūriu, T		150/50/25	13,07	10,79	58,28	389,16
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>13,07</b>	<b>10,79</b>	<b>58,28</b>	<b>389,16</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>54,58</b>	<b>41,7</b>	<b>179,72</b>	<b>1198,87</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

1 savaitė

3 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Manų košė su cinamonu ir sviestu, T		200/3	7,83	5,50	41,54	246,92
Pilno grūdo batonas su sviestu ir virta dešra		20/3/20	2,91	6,89	9,13	111,27
Žolelių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>10,94</b>	<b>12,39</b>	<b>55,62</b>	<b>378,40</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Makaronai su vištienos sultiniu, A, T		150	6,38	5,92	9,99	118,01
Pilno grūdo duona		20	1,90	0,38	8,24	43,98
Kalakutiena su ryžiais, T		75/75	22,18	9,94	16,79	245,40
Paprikos lazdelės, A		30	0,3	0,06	1,89	8,1
Raugintų kopūstų salotos, A		60	0,50	3,00	2,32	38,23
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
Vanduo su citrina		150	0,02	0	0,1	0,47
<b>Iš viso:</b>			<b>38,08</b>	<b>25,26</b>	<b>59,25</b>	<b>494,20</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Omletas su fermentiniu sūriu		100/12	15,39	24,22	2,36	266,16
Pilno grūdo duona su sviestu		20/3	1,90	0,38	8,24	43,98
Konservuoti kukurūzai		30	1,32	0,09	3,75	21,11
Kakava su pienu be cukraus		150	2,83	2,41	4,36	50,33
<b>Iš viso:</b>			<b>21,44</b>	<b>27,10</b>	<b>18,71</b>	<b>381,57</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>70,46</b>	<b>64,75</b>	<b>133,58</b>	<b>1254,16</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

1 savaitė

4 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su bananais ir sviestu, T		200/25/3	7,58	4,33	39,61	224,97
Pilno grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu		20/3/20	6,50	6,62	8,26	119,54
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>14,28</b>	<b>10,95</b>	<b>52,82</b>	<b>364,72</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Burokėlių sriuba, T, A		150	1,39	3,24	11,67	81,46
Grietinė		5	0,13	1,5	0,14	14,4
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Kiauliena su troškintais kopūstais, T		75/75	26,07	17,48	7,30	289,91
Virtos bulvės su sviestu, T		80/2	1,17	2,06	11,38	68,76
Agurkas, A		50	0,35	0	1,4	7
Vanduo su apelsinu		150	0,02	0	0,1	0,47
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>33,10</b>	<b>30,91</b>	<b>62,26</b>	<b>545,97</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Mieliniai blynėliai		120	8,86	5,72	49,25	283,95
Trintos uogos, A		30	0,30	0,00	4,14	11,06
Kefyras 2,5%		150	4,50	3,75	6,15	76,50
<b>Iš viso:</b>			<b>13,66</b>	<b>9,47</b>	<b>59,54</b>	<b>371,51</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>61,03</b>	<b>51,34</b>	<b>174,62</b>	<b>1282,20</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

1 savaitė

5 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu, T		200/3	5,37	4,85	36,54	209,57
Sūrio lazdelė		20	5,34	4,16	0,6	61,2
Žolelių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>10,91</b>	<b>9,01</b>	<b>42,09</b>	<b>290,98</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Agurkinė sriuba, T, A		150	3,03	3,39	19,10	120,38
Grietinė 30%		5	0,13	1,50	0,14	14,40
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Naminiai žuvies piršteliai volioti sezamo sėklose (menkė), T		70	20,50	8,05	9,29	192,83
Virti ryžiai su sviestu, T		60/2	1,50	2,11	16,54	91,18
Burokėlių salotos, A, T		50	1,00	1,33	3,51	30,80
Garintas žiedinis kopūstas, A, T		60	1,14	0,12	3,00	15,00
Vanduo su braškėmis		150	0,05	0,00	0,48	2,11
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>33,17</b>	<b>23,31</b>	<b>91,00</b>	<b>550,68</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Pieniška makaronų sriuba, T		200	4,66	6,04	17,85	144,38
Bandelė		60	4,80	3,84	37,20	206,40
<b>Iš viso:</b>			<b>9,46</b>	<b>9,88</b>	<b>55,05</b>	<b>350,78</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>53,54</b>	<b>42,20</b>	<b>188,14</b>	<b>1192,43</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

2 savaitė

1 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Sorų kruopų košė su sviestu, T		200/4	5,89	5,51	42,17	241,80
Pilno grūdo batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu		20/3/20	6,50	6,62	8,26	119,54
Žolelių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>12,59</b>	<b>12,13</b>	<b>55,38</b>	<b>381,55</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Trinta moliūgų sriuba, T		150	6,81	7,79	10,59	138,21
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Keptos vištienos blauzdelės be odos, T		100	23,25	5,03	3,24	149,41
Virti ryžiai su sviestu, T		60/2	1,50	2,11	16,54	91,18
Morkų salotos su česnaku ir šalto spaudimo aliejumi, A		50	1,13	1,33	5,08	31,95
Paprikos lazdelės, A		40	0,4	0,08	2,52	10,8
Vanduo su džiovintu vaisiumi		150	0,02	0	0,1	0,47
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>34,35</b>	<b>15,38</b>	<b>51,36</b>	<b>475,23</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Varškės - morkų apkepas, T		120	18,09	14,94	22,71	297,48
Trintos uogos, A		30	0,30	0,00	4,14	11,06
Traputis		15	0,95	0,29	7,12	36,1
Žolelių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>19,34</b>	<b>15,23</b>	<b>33,96</b>	<b>344,64</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>66,28</b>	<b>42,74</b>	<b>140,70</b>	<b>1201,42</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

2 savaitė

2 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Miežinių kruopų košė su sviestu, <b>T</b>		200/4	6,29	2,31	36,46	227,47
Pilno grūdo batonas su lydytu sūreliu		20/15	1,99	3,29	9,80	76,64
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
Vaisius, <b>A</b>		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>8,48</b>	<b>5,60</b>	<b>51,21</b>	<b>324,32</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Pomidorų sriuba su vištienos kukuliais, <b>T</b>		150/25	6,43	3,23	17,77	127,40
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Konvekciniėje krosnyje keptas kiaulienos kepsnys, <b>T</b>		70	23,10	8,14	0,07	172,44
Virti makaronai su sviestu, <b>T</b>		70/3	2,53	2,48	11,45	78,92
Raugintų kopūstų salotos, <b>A</b>		60	0,50	3,00	2,32	38,23
Cukinių lazdelės, <b>A</b>		30	0,36	0,03	1,02	4,80
Vanduo su apelsinu		150	0,02	0,00	0,07	0,35
Vaisius, <b>A</b>		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>41,68</b>	<b>20,50</b>	<b>68,61</b>	<b>506,12</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Kefyriniai blynai		120	9,74	9,41	53,28	333,92
Trintos uogos, <b>A</b>		30	0,30	0,00	4,14	11,06
Geriamas jogurtas		100	4,90	3,00	4,90	70,00
<b>Iš viso:</b>			<b>14,94</b>	<b>12,41</b>	<b>62,32</b>	<b>414,99</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>65,11</b>	<b>38,50</b>	<b>182,13</b>	<b>1245,43</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.



2 savaitė  
3 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
5 grūdų dribsnių košė su sviestu, T		200/4	6,49	6,22	30,49	203,37
Pilno grūdo duona su sviestu ir kiaušiniu		20/3/25	5,62	6,34	8,46	114,30
Žolelių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>12,31</b>	<b>12,56</b>	<b>43,90</b>	<b>337,88</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Žirnių, perlinių kruopų sriuba, T, A		150	4,08	3,30	15,77	102,61
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Kalakutienos kukulis, T		70	18,86	3,77	14,23	165,90
Bulvių košė su sviestu, T		80/3	1,36	2,70	10,36	71,14
Garintos daržovės, A		90	0,41	0,04	4,28	18,51
Konservuoti kukurūzai, A		30	1,32	0,09	3,75	21,11
Vanduo su braškėmis		150	0,05	0,00	0,48	2,11
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>28,38</b>	<b>10,28</b>	<b>67,01</b>	<b>465,36</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Virti varškėčiai, T		120	16,23	7,11	39,27	286,02
Sviesto - grietinės padažas		6/19	0,41	10,75	0,63	103,12
Žolelių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso:</b>			<b>16,64</b>	<b>17,86</b>	<b>39,91</b>	<b>389,14</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>57,33</b>	<b>40,70</b>	<b>150,81</b>	<b>1192,38</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

2 savaitė

4 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Omletas, T		100	12,01	20,38	2,36	221,70
Pilno grūdo duona su sviestu		20/3	11,54	20,81	10,17	43,98
Konservuoti žirnėliai, A		20	0,88	0,06	2,50	14,07
Žolelių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>27,04</b>	<b>46,35</b>	<b>20,47</b>	<b>299,96</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Rūgštynių sriuba, T, A		150	2,06	2,53	14,38	87,40
Grietinė 30%		5	0,13	1,5	0,14	14,4
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Mažylių balandėliai, T		100	16,75	9,40	5,64	174,15
Virtos bulvės su sviestu, T		60/2	1,24	1,90	10,08	62,39
Raugintų kopūstų salotos, A		60	0,50	3,00	2,32	38,23
Paprikos lazdelės, A		30	0,3	0,06	1,89	8,1
Vanduo su uogomis		150	0,02	0	0,1	0,47
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>25,68</b>	<b>24,38</b>	<b>70,20</b>	<b>469,13</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Makaronai su fermentiniu sūriu, T		150/30	12,44	11,93	46,50	346,37
Pienas 2.5%		150	4,50	3,75	7,05	79,50
<b>Iš viso:</b>			<b>16,94</b>	<b>15,68</b>	<b>53,55</b>	<b>425,87</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>69,65</b>	<b>86,41</b>	<b>144,21</b>	<b>1194,96</b>

A-augalinis, T- tausojančias patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

2 savaitė

5 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Grikių kruopų košė su sviestu, T		200/5	9,83	8,27	45,41	291,43
Sūrio lazdelė		20	5,34	4,16	0,6	61,2
Žolelių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>15,37</b>	<b>12,43</b>	<b>50,96</b>	<b>372,84</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Raugintų kopūstų sriuba, T, A		150	4,04	3,40	15,35	107,59
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Tilapijos maltinukas, T		75	17,26	4,48	8,34	136,78
Virti ryžiai su sviestu, T		60/2	1,50	2,11	16,54	91,18
Cukinijos lazdelės, A		30	0,36	0,03	1,02	4,80
Burokėlių salotos su raug. agurku ir konservuotais žirneliais, A, T		50	1,11	3,52	4,19	51,21
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
Vanduo su citrina		150	0,02	0	0,1	0,47
<b>Iš viso:</b>			<b>26,17</b>	<b>13,78</b>	<b>64,6</b>	<b>476,75</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Pieniška perlinių kruopų sriuba, T		200	6,15	6,09	21,39	164,89
Sausainiai		35	2,31	8,72	19,04	166,25
<b>Iš viso:</b>			<b>8,46</b>	<b>14,81</b>	<b>40,43</b>	<b>331,14</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>50</b>	<b>41,02</b>	<b>155,99</b>	<b>1180,73</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

3 savaitė

1 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliais ir sviestu, T		200/3/20	7,77	4,49	39,45	229,23
Pilno grūdo batonas su sviestu ir varškės sūriu		20/3/20	4,77	6,27	9,04	112,60
Žolelių arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>12,74</b>	<b>10,76</b>	<b>53,44</b>	<b>362,04</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Žirnių sriuba su daržovėmis, T, A		150	4,58	3,46	17,56	118,73
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Vištienos maltinukas voliotas kukurūzų miltuose, T		70	19,00	5,38	7,86	151,39
Virti ryžiai su sviestu, T		60/2	1,50	2,11	16,54	91,18
Morkų, cukinijų, kopūstų salotos, A		50	2,80	0,08	3,57	36,94
Konservuoti kukurūzai, A		30	1,32	0,09	3,75	21,11
Vanduo su džiovintu vaisiumi		150	0,02	0	0,1	0,47
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>31,1</b>	<b>11,36</b>	<b>68,44</b>	<b>504,54</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Virtos dešrelės, T		60	7,38	15,18	0	166,15
Pomidorų padažas		25	0,40	0,00	5,50	25,00
Virti griekiai, T, A		70	4,02	2,69	20,21	125,52
Kakava su pienu be cukraus		150	1,89	1,61	2,91	33,55
<b>Iš viso:</b>			<b>14,63</b>	<b>20,28</b>	<b>30,07</b>	<b>367,00</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>58,47</b>	<b>42,4</b>	<b>151,95</b>	<b>1233,58</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

3 savaitė

2 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Manų košė su cinamonu ir sviestu, T		200/3	7,83	5,50	41,54	246,92
Pilno grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu		20/3/20	6,50	6,62	8,26	119,54
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>14,53</b>	<b>12,12</b>	<b>54,75</b>	<b>386,67</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Burokėlių sriuba, T, A		150	1,39	3,24	11,67	81,46
Grietinė		5	0,13	1,50	0,14	14,40
Pilno grūdo duona		20	1,90	0,38	8,24	43,98
Kiaulienos maltinukas, T		80	16,21	8,36	7,01	166,80
Bulvių košė su sviestu, T		80/3	1,36	2,70	10,36	71,14
Raugintų kopūstų salotos		60	0,50	3,00	2,32	38,23
Pomidoras, A		50	0,3	0	2	9,2
Vanduo su citrina		150	0,02	0,00	0,07	0,35
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>26,16</b>	<b>22,50</b>	<b>64,91</b>	<b>464,27</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Morkų, avižinių dribsnių blynai		120	14,30	9,80	37,09	296,20
Grietinė 30%		25	0,60	7,50	0,70	72,75
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>14,90</b>	<b>17,30</b>	<b>37,79</b>	<b>368,95</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>55,59</b>	<b>51,92</b>	<b>157,45</b>	<b>1219,88</b>

A-augalinis, T- tausojančias patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

3 savaitė

3 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Omletas, T		100	12,01	20,38	2,36	221,70
Pilno grūdo duona su sviestu ir virta dešra		20/3/20	4,64	7,24	8,35	118,21
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>16,85</b>	<b>27,62</b>	<b>15,66</b>	<b>360,12</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Agurkinė sriuba, T, A		150	3,03	3,39	19,10	120,38
Grietinė 30%		5	0,13	1,50	0,14	14,40
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Makaronai su kalakutiena grietinės padaže, T		60/60	15,41	8,30	17,77	227,44
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais, A, T		50	1,04	2,02	6,40	46,28
Konservuoti kukurūzai, A		30	1,32	0,09	3,75	21,11
Vanduo su uogomis		150	0,02	0	0,1	0,47
Sezoninis vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>26,76</b>	<b>22,11</b>	<b>86,21</b>	<b>514,05</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Konvekciniėje krosnyje keptos bulvių skiltelės, T		150	3,70	6,18	34,88	202,54
Pomidorų padažas		25	0,40	0,00	5,50	25,00
Kefyras 2.5%		200	6	5	8,2	102
<b>Iš viso:</b>			<b>10,10</b>	<b>11,18</b>	<b>48,58</b>	<b>304,54</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>53,71</b>	<b>60,90</b>	<b>150,45</b>	<b>1178,71</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniėje krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

3 savaitė

4 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Ryžių košė su bananu, kokosu pienu, cinamonu ir sviestu, T		200/4/30	8,08	6,59	54,66	313,55
Sūrio lazdelė		20	5,34	4,16	0,6	61,2
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
Vaisius, A		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>13,62</b>	<b>10,75</b>	<b>60,21</b>	<b>394,96</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Šparaginių pupelių, kopūstų, pomidorų ir bulvių sriuba, T, A		150	2,14	3,58	14,17	94,15
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Vištienos kukulis, T		80	21,33	4,62	11,54	172,52
Virti makaronai su sviestu, T		70/3	2,53	2,48	11,45	78,92
Cukinių, agurkų ir obuolių salotos su šalto spaudimo aliejumi, A		50	0,46	2,49	4,08	37,27
Agurkas, A		50	0,35	0	1,4	7
Vanduo su džiovintu vaisiumi		150	0,02	0	0,1	0,47
Vaisius, A		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>31,73</b>	<b>20,40</b>	<b>77,90</b>	<b>474,31</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Varškės apkepas su bananais, T		100/20	23,84	15,56	27,45	340,50
Trintos uogos, A		30	0,30	0,00	4,14	11,06
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>24,14</b>	<b>15,56</b>	<b>31,59</b>	<b>351,57</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>69,48</b>	<b>46,72</b>	<b>169,70</b>	<b>1220,84</b>

A-augalinis, T- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.

3 savaitė

5 diena

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Miežinių kruopų košė su sviestu, <b>T</b>		200/4	6,29	2,31	36,46	227,47
Pilno grūdo batonas su lydytu sūreliu		20/15	1,99	3,29	9,80	76,64
Žolelių arbata be cukraus		150	0	0	0	0
Vaisius, <b>A</b>		50	0,2	0	4,95	20,21
<b>Iš viso:</b>			<b>8,48</b>	<b>5,60</b>	<b>51,21</b>	<b>324,32</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Žuvienė (lašiša), <b>T</b>		150/30/5	7,90	7,38	12,53	130,97
Pilno grūdo duona		20	1,48	0,24	9,16	44,72
Bulvių plokštainis su kiauliena, <b>T</b>		120/50	16,41	8,38	29,71	267,65
Natūralus jogurtas		40	2,08	0,6	2,8	25,2
Burokėlių salotos, <b>T, A</b>		50	1,00	1,33	3,51	30,80
Paprikos lazdelės, <b>A</b>		30	0,3	0,06	1,89	8,1
Vanduo su citrina		150	0,02	0	0,1	0,47
Vaisius, <b>A</b>		100	0,4	0	9,9	40
<b>Iš viso:</b>			<b>29,59</b>	<b>17,99</b>	<b>69,6</b>	<b>547,91</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			B	R	A	
Pieniška grikių kruopų sriuba, <b>T</b>		200	7,22	6,79	26,63	194,68
Bandelė		60	4,80	3,84	37,20	206,40
<b>Iš viso:</b>			<b>12,02</b>	<b>10,63</b>	<b>63,83</b>	<b>401,08</b>
<b>Viso dienos davinio:</b>			<b>50,09</b>	<b>34,22</b>	<b>184,64</b>	<b>1273,31</b>

**A**-augalinis, **T**- tausojantis patiekalas, kuris gaminamas maistines savybes tausojančiu būdu, šiuo atveju konvekciniame krosnyje, arba yra virtas vandenyje.