

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

## Kauno vaikų lopšelis- darželis „Aušrinė“

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

## **20 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

(nurodyti dienų skaičių)

**1-3 metų**

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 7,00 iki 19,00 val.

1 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė	1A	200	9,8	5,5	32,6	219,1
Sviestas 82%	1U	6	0,0	5,0	0,0	45
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
Obuoliai	1VA	70	0,6	0,1	8,2	36,1
<b>Iš viso:</b>			<b>10,4</b>	<b>10,6</b>	<b>50,2</b>	<b>337,8</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šv.kopūstų sriuba su bulvėmis	1SR	150	1,4	4,9	9,8	88,9
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,0	0,2	11,7	52,6
Kiaulienos kumpio mėsos ir grikių troškiny (tausuojantis)	2A	60/40	15,7	13,7	28,7	300,0
Morkų salotos su aliejumi	1SA	50	0,6	0,6	1,8	15,0
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,0	10,8	44,0
<b>Iš viso:</b>			<b>19</b>	<b>20,9</b>	<b>62,9</b>	<b>515,8</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis su kiaulienos kumpio mėsa	3A	70/30	10,2	4,1	38,4	231,3
30% Grietinės padažas	1P	25	0,5	7,4	1,2	74,6
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
<b>Iš viso:</b>			<b>10,7</b>	<b>11,5</b>	<b>49</b>	<b>343,5</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,1</b>	<b>43</b>	<b>162,1</b>	<b>1197,0</b>

1 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė	4A	150	7,4	3,6	24,8	161,2
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Kriaušės	2VA	80	0,3	0,0	7,9	31,6
Kakava su pienu ir cukrumi	3G	150	3,2	2,6	13,7	91,0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,9</b>	<b>10,4</b>	<b>46,4</b>	<b>321,6</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais	2SR	150	1,6	3,9	11,2	86,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Karališki balandėliai su kiaulienos kumpio mėsa (taisuojantis)	5A	55/35	13,7	9,3	5,1	158,9
Grietinė 30%	2U	15	0,4	4,5	0,4	43,7
Bulvių košė	6A	90	1,6	3,4	15,0	97,0
Agurkai	1DA	40	0,3	0	1,0	5,2
Sulčių gerimas	2G	150	0,5	0	20,6	84,4
<b>Iš viso:</b>			<b>19,7</b>	<b>21,4</b>	<b>67,3</b>	<b>540,6</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėtukai	7A	100	9,5	6,0	36,2	236,8
30% Grietinės padažas	1P	25	0,5	7,4	1,2	73,4
Arbata su cukrumi ir citrina	4G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
<b>Iš viso:</b>			<b>10</b>	<b>13,4</b>	<b>46,8</b>	<b>347,8</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,6</b>	<b>45,2</b>	<b>160,5</b>	<b>1210,0</b>

1 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai	8A	45	2,5	2,10	1,2	33,7
Majonezas	3U	10	0,0	4,0	0,3	37,2
Žirneliai konservuoti	4U	10	2,4	1,3	5,2	42,1
Batonas	2D	50	4,0	2,3	26,0	140,7
Arbata su pienu saldinta	5G	150	0,9	1,4	10,2	57,0
Obuoliai	1VA	80	0,3	0,0	7,9	32,8
<b>Iš viso:</b>			<b>10,1</b>	<b>11,1</b>	<b>50,6</b>	<b>343,5</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba	3 SR	150	2,1	3,1	10,1	76,7
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Vištienos kotletas (tausuojantis)	9A	80	13,8	12,0	2,7	174
Ryžių košė	10A	60	1,5	0,4	16,5	75,6
Kopustų salotos su aliejumi	2SA	50	0,5	3,4	5,1	53
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>20,5</b>	<b>20,9</b>	<b>58,8</b>	<b>502,5</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškintos daržovės su kiaulienos mėsa	11A	115/35	8,6	11,0	21,8	220,6
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Obuolių kompotas su citrina	6G	150	0,4	0,2	14,2	60,2
<b>Iš viso:</b>			<b>10,6</b>	<b>11,5</b>	<b>50,0</b>	<b>345,9</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,2</b>	<b>43,5</b>	<b>159,4</b>	<b>1191,9</b>

1 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė	12A	150	9,0	5,3	16,4	149,3
Sviestas 82%	1U	6	0,0	5,0	0,0	45
Cukrus su cinamonu	5U	5	0,0	0,0	4,6	18,4
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
Bananai	3VA	80	0,9	0,3	18,9	81,9
<b>Iš viso:</b>			<b>9,9</b>	<b>10,6</b>	<b>49,2</b>	<b>332,2</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba	4SR	150	1,4	4,6	10,7	89,9
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Troškintas kiaulienos kumpis (Tausuojantis)	13A	80	14,6	9,4	3,3	156,2
Bulvių košė	6A	100	1,7	1,0	20,0	95,8
Pekino kopūstu salotas su pomidorais	3SA	50	0,6	4,1	7,9	70,9
Sulčių gerimas	2G	150	0,7	0,1	10,9	47,3
<b>Iš viso:</b>			<b>20,7</b>	<b>21,0</b>	<b>67,3</b>	<b>539,5</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas	14A	100	10,1	8,1	28,5	227,3
Saldus grietinės padažas su vanilė	2P	20	0,3	3,0	9,9	67,8
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
<b>Iš viso:</b>			<b>10,4</b>	<b>11,1</b>	<b>47,8</b>	<b>332,7</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41</b>	<b>42,7</b>	<b>164,3</b>	<b>1204,4</b>

1 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukuruzų kruopų košė	15A	150	8,8	5,9	29,1	204,7
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Arbata su pienu saldinta	5G	150	0,9	0,2	10,2	57
Obuoliai	1VA	80	0,3	0,0	7,9	32,8
<b>Iš viso:</b>			<b>10</b>	<b>10,3</b>	<b>47,2</b>	<b>332,3</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių, žirnių kruopų sriuba	5SR	150	3,1	3,8	10,6	87
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Troškintas kalakutienos kukulis	16A	70	10,0	9,1	3,4	135,5
30% Grietinės padažas	1P	25	0,5	4,7	0,9	47,9
Morku salotos su česnakais ir majonezu	4SA	60	0,5	1,3	5,3	34,9
Biri grikių košė	17A	80	4,2	0,4	19,7	99,2
Sulčių gerimas	2G	150	0,8	0,2	11,2	49,8
<b>Iš viso:</b>			<b>20,8</b>	<b>21,1</b>	<b>65,2</b>	<b>533,7</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	6SR	150	7,7	6,0	29,4	202,4
Sausainiai	6U	30	2,3	4,3	21,1	132,3
<b>Iš viso:</b>			<b>10</b>	<b>10,3</b>	<b>50,5</b>	<b>334,7</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,8</b>	<b>41,7</b>	<b>162,9</b>	<b>1200,7</b>

2 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė	18A	150	6,2	3,3	30,8	177,7
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Pienas 2,5%	6G	150	3,6	3,8	6,1	73,0
Apelsinai	4VA	80	0,3	0,0	10,7	44,0
<b>Iš viso:</b>			<b>10,1</b>	<b>11,3</b>	<b>47,6</b>	<b>332,5</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su maltos kiaulienos kukulaičiais	7SR	130/20	3,5	4,5	10,4	96,1
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Užkepti, kiaulienos kumpio natūralūs kotletai (tausojantis)	19A	90	12,7	14,4	4,5	198,4
Garintų daržovių mišinys (morkos, žirneliai, kalafiorai)	20A	40	0,3	0,8	5,5	30,4
Bulvių košė	6A	100	1,7	1,0	20,0	95,8
Sulčių gerimas	2G	150	0,7	0,1	10,9	47,3
<b>Iš viso:</b>			<b>20,5</b>	<b>21,1</b>	<b>65,3</b>	<b>533,1</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	21A	150	10,2	10,2	27,8	243,8
Uogienė	7U	20	0,1	0,1	11,7	48,1
Arbata su cukrumi ir citrina	4G	150	0,0	0,0	10,2	40,8
<b>Iš viso:</b>			<b>10,3</b>	<b>10,3</b>	<b>49,7</b>	<b>332,7</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,9</b>	<b>42,7</b>	<b>162,6</b>	<b>1198,3</b>

2 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė	22A	150	9,2	5,9	30,1	210,3
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Cukrus su cinamonu	5U	5	0,0	0,0	4,6	18,4
Obuoliai	1VA	80	0,3	0,0	7,9	32,8
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	8,0	32,0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,5</b>	<b>10,1</b>	<b>50,6</b>	<b>331,3</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis	8SR	150	4,5	4,3	13,7	111,5
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Lietiniai su virta kiaulienos kumpio mėsa	23A	60/40	12,6	11,8	21,7	243,4
30 % Grietinės padažas	1P	20	1,4	4,1	0,8	45,7
Morkų lazdelės	2D	40	0,4	0,0	4,2	18,4
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,0	10,1	41,2
<b>Iš viso:</b>			<b>19,7</b>	<b>20,5</b>	<b>64,5</b>	<b>526,3</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškintos daržovės su kiaulienos kumpio mėsa	24A	115/35	9,3	10,8	24,2	231,2
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Obuolių kompotas su citrina	6G	150	0,4	0,0	9,5	39,6
<b>Iš viso:</b>			<b>11,0</b>	<b>11,0</b>	<b>47,7</b>	<b>335,9</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,2</b>	<b>41,7</b>	<b>162,8</b>	<b>1193,5</b>



2 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų kruopų košė	25A	150	8,9	3,8	26,3	175,0
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Kakava su pienu ir cukrumi	3G	150	2,2	2,6	13,7	87,0
Kriaušės	2VA	80	0,3	0,0	7,9	31,6
<b>Iš viso:</b>			<b>11,4</b>	<b>10,6</b>	<b>47,9</b>	<b>331,4</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba ( kalafiorai)	9SR	150	5,7	3,4	10,2	94,2
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Žuvies ( jūros lideka) kukulis ( tausuojantis)	26A	80	11,9	11,4	9,7	189,0
Perlinių kruopų košė	4A	70	1,1	0,5	18,0	80,9
Burokelių salotos su aliejumi	5SA	60	0,6	4,3	6,5	67,1
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>21,2</b>	<b>21,6</b>	<b>68,8</b>	<b>554,4</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtu bulvių cepelinai su varške	27A	40/30	10,3	2,9	31,9	194,9
30% Grietinės padažas	1P	25	0,5	7,4	1,2	73,4
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
<b>Iš viso:</b>			<b>10,8</b>	<b>10,3</b>	<b>41,6</b>	<b>305,9</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>43,4</b>	<b>42,5</b>	<b>158,2</b>	<b>1191,7</b>

2 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė	1A	150	9,2	5,5	25,2	187,1
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
Bananai	3VA	80	0,9	0,3	18,9	81,9
<b>Iš viso:</b>			<b>10,1</b>	<b>10,0</b>	<b>53,5</b>	<b>344,4</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skaidrus vištienos sultinys su makaronais	10SR	150	3,9	2,9	15,3	102,9
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Plovav (vištienos kumpeliai) (tausuojantis)	28A	65/55	14,3	10,1	21,7	234,9
Morkų salotos	1SA	60	0,2	5,9	5,5	75,9
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>20,2</b>	<b>20,4</b>	<b>66,8</b>	<b>522,6</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėtukai	7A	100	9,5	6,0	36,2	236,8
30% Grietinės padažas	1P	25	0,5	4,4	1,2	46,4
Arbata su cukrumi ir citrina	4G	150	0,0	0,0	10,2	40,8
<b>Iš viso:</b>			<b>10,0</b>	<b>10,4</b>	<b>47,6</b>	<b>324,0</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,3</b>	<b>40,8</b>	<b>163,9</b>	<b>1191,0</b>

2 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu	29A	90/10	6,1	8,8	12,9	155,2
Batonas	2D	30	3,3	0,5	20,4	99,3
Arbata su pienu saldinta	5G	150	0,9	1,4	10,2	57,0
Pomidorai	3DA	50	0,5	0,2	3,9	19,4
<b>Iš viso:</b>			<b>10,8</b>	<b>10,9</b>	<b>47,4</b>	<b>330,9</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba	11SR	150	0,8	6,2	5,3	80,2
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Kiaulienos kumpio kotletas (tausojojantis)	30A	80	12,5	7,9	8,6	155,5
Biri grikių košė	17A	80	4,2	2,8	21,1	126,4
Kopūstų, obuolių salotos	6SA	50	0,6	2,4	5,4	45,6
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>20,0</b>	<b>21,3</b>	<b>64,8</b>	<b>530,9</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba	12 SR	150	6,6	4,5	13,3	120,1
Bandelė	8U	50	3,9	6,6	35,2	215,8
<b>Iš viso:</b>			<b>10,5</b>	<b>11,1</b>	<b>48,5</b>	<b>335,9</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,3</b>	<b>43,3</b>	<b>160,7</b>	<b>1197,7</b>

3 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai	31A	150	5,4	2,6	28,2	160,5
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Tarkuotas fermentinis sūris	9U	15	4,3	3,8	0,0	51,4
Apelsinai	4VA	80	0,3	0,0	10,7	44,0
Arbata su cukrumi ir citrina	4G	150	0,0	0,0	10,2	40,8
<b>Iš viso:</b>			<b>10,0</b>	<b>10,6</b>	<b>49,1</b>	<b>334,5</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba	13SR	150	2,1	3,3	13,3	91,3
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Mėšos( kiaulienos kumpio) ir daržovių troškinys	32A	50/100	16,8	15,3	24,5	302,9
Agurkų- pomidorų salotos	7SA	40	0,4	1,6	4,3	33,2
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>21,2</b>	<b>22,2</b>	<b>66,5</b>	<b>550,6</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai ( be įdaro )	33A	100	8,7	8,9	27,2	223,7
Šaldytų uogų kompotas	7G	150	1,2	0,8	8,0	44,0
Uogienė	7U	20	0,1	0,1	11,7	48,1
<b>Iš viso:</b>			<b>10,0</b>	<b>9,8</b>	<b>46,9</b>	<b>311,8</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,2</b>	<b>42,6</b>	<b>162,5</b>	<b>1196,9</b>

3 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų košė	34A	150	9,3	6,3	16,5	159,9
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Arbata su cukrumi ir citrina	4G	150	0,0	0,0	10,2	40,8
Bananai	3VA	80	0,9	0,3	18,9	81,9
<b>Iš viso:</b>			<b>10,2</b>	<b>10,8</b>	<b>45,6</b>	<b>320,4</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ukrainetiški barščiai	14SR	150	4,6	9,1	15,6	162,7
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Žuvies ( jūros lideka) šnicelis (tausojantis)	35A	90	12,1	5,0	3,6	107,8
Bulvių košė	6A	100	1,7	1,0	20,0	95,8
Burokelių salotos su aliejumi	5SA	60	0,6	4,3	6,5	67,1
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>21,9</b>	<b>21,4</b>	<b>70,1</b>	<b>556,6</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai	31A	150	5,4	2,6	29,2	164,5
Daržovių, maltos kiaulienos kumpio mėsos padažas	1U	30/20	5,0	7,6	7,1	116,8
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
<b>Iš viso:</b>			<b>10,4</b>	<b>10,2</b>	<b>45,7</b>	<b>318,9</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>42,5</b>	<b>42,4</b>	<b>161,4</b>	<b>1195,9</b>

3 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė	1A	150	9,2	4,5	26,2	182,1
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Pienas 2,5%	6G	150	1,6	2,8	6,1	56,0
Obuoliai	1VA	80	0,3	0,0	7,9	32,8
Cukrus su cinamonu	5U	5	0,0	0,0	4,6	18,4
<b>Iš viso:</b>			<b>11,1</b>	<b>11,5</b>	<b>44,8</b>	<b>327,1</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis	15SR	200	3,1	6,2	9,4	105,8
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Maltos kiaulienos kumpio mėsos zrazai (tausuojantis)	36A	80/10	13,7	9,6	10,1	181,6
Garintų daržovių mišinys (morkos, žirneliai, kalafiorai)	20A	50	0,4	2,6	8,5	59,0
Perlinių kruopų košė	4A	70	1,1	0,5	18,0	80,9
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>20,2</b>	<b>20,9</b>	<b>70,4</b>	<b>550,5</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškės kukuliukai	37A	120	9,2	6,6	29,2	214,2
Šaldytų uogų kompotas	7G	150	1,2	0,8	6,0	36,0
Saldus grietinės padažas su vanilė	2P	20	0,3	3,0	9,9	67,8
<b>Iš viso:</b>			<b>10,7</b>	<b>10,4</b>	<b>45,1</b>	<b>318,0</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>42</b>	<b>42,8</b>	<b>160,3</b>	<b>1195,6</b>

3 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų košė	38A	150	8,9	5,5	29,7	203,9
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
Kriaušės	2VA	80	0,3	0,0	7,9	31,6
<b>Iš viso:</b>			<b>9,2</b>	<b>9,7</b>	<b>47,0</b>	<b>310,9</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skaidrus vištienos sultinys su makaronais	10SR	150	3,6	5,9	22,5	157,5
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Troškinti vištienos kumpeliai (tausuojantis)	38A	90	14,6	14,4	7,9	219,6
Ryžių košė	10A	50	0,8	0,5	14,6	66,1
Agurkai	1DA	40	0,3	0	1,0	5,2
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>21,1</b>	<b>21,3</b>	<b>70,3</b>	<b>557,3</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškintos daržovės su kiaulienos kumpio mėsa 115/35	24A	115/35	8,3	10,1	21,2	208,9
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Obuolių kompotas su citrina	6G	150	0,4	0,2	14,2	60,2
<b>Iš viso:</b>			<b>10,3</b>	<b>10,6</b>	<b>49,2</b>	<b>334,2</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,6</b>	<b>41,6</b>	<b>166,5</b>	<b>1202,4</b>

3 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė	12A	150	10,0	6,3	26,4	202,3
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Cukrus su cinamonu	5U	5	0,0	0,0	4,6	18,4
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
Obuoliai	1VA	80	0,3	0,0	7,9	32,8
<b>Iš viso:</b>			<b>10,3</b>	<b>10,5</b>	<b>48,3</b>	<b>328,9</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais	16SR	150	2,6	3,6	15,8	106,0
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Virtų bulvių cepelinai su virta kiaulienos kumpio mėsa (tausuojantis)	39A	40/30	14,8	8,9	22,7	230,1
30% Grietinės padažas	1P	25	0,5	7,4	1,2	73,4
Morkų lazdelės	2D	40	0,4	0	4,2	18,4
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>20,2</b>	<b>21,9</b>	<b>68,3</b>	<b>551,1</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų sriuba	17SR	150	7,8	6,9	20,7	176,1
Sausainiai	3U	30	1,7	3,1	25,5	136,7
<b>Iš viso:</b>			<b>9,5</b>	<b>10,0</b>	<b>45,9</b>	<b>312,8</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,0</b>	<b>42,4</b>	<b>159,5</b>	<b>1192,8</b>



4 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė	22A	150	9,2	5,9	25,1	190,3
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
Apelsinai	4VA	80	0,3	0,0	10,7	44,0
<b>Iš viso:</b>			<b>9,5</b>	<b>10,1</b>	<b>45,2</b>	<b>309,7</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis	8SR	150	3,5	4,8	13,7	112,0
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Kiauliena ( kumpis) su troškintais kopūstais (šviežiais) ( tausuojantis )	40A	50/50	13,0	11,8	12,8	209,4
Virtos bulvės	41A	80	1,4	0,1	16,0	70,5
Pekino kopūstų salotos su agurkais	8SA	60	0,8	3,4	3,7	48,6
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>20,5</b>	<b>20,6</b>	<b>70,5</b>	<b>549,4</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai	31A	150	5,4	3,6	30,2	177,5
Fermentinio sūrio ir maltos kiaulienos kumpio mėsos padažas	42A	15/35	5,0	8,0	9,1	128,4
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
<b>Iš viso:</b>			<b>10,4</b>	<b>11,6</b>	<b>48,7</b>	<b>343,5</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,4</b>	<b>42,3</b>	<b>164,4</b>	<b>1202,6</b>

4 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų kruopų košė	25A	150	8,9	4,8	20,3	160,0
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Arbata su pienu saldinta	5G	150	0,9	1,4	10,2	57,0
Bananai	3VA	80	0,9	0,3	18,9	81,9
<b>Iš viso:</b>			<b>10,7</b>	<b>10,7</b>	<b>49,4</b>	<b>336,7</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokelių sriuba ( arba šaltibarščiai)	4SR	150	1,4	4,6	12,2	95,8
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Paukštienos file kukuliai ( tausuojantis)	43A	70	15,6	11,5	6,1	190,3
Garintų daržovių mišinys (morkos, žirneliai, kalafiorai)	20A	50	0,4	2,6	8,5	59,0
Perlinių kruopų košė	4A	70	1,1	0,5	18,0	80,9
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>20,4</b>	<b>21,2</b>	<b>69,2</b>	<b>549,2</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių apkepas su kiaulienos kumpio mėsa	44A	60/40	9,8	5,1	37,8	236,3
Grietinė 30%	2U	20	0,5	6,0	0,5	58,0
Arbata saldinta	1G	150	0,0	0,0	9,4	37,6
<b>Iš viso:</b>			<b>10,3</b>	<b>11,1</b>	<b>47,7</b>	<b>331,9</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,4</b>	<b>43</b>	<b>166,3</b>	<b>1217,8</b>

4 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukuruzų kruopų košė	15A	150	8,8	5,9	25,1	188,7
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Kakava su pienu ir cukrumi	3G	150	2,2	1,6	13,7	78,0
Obuoliai	1VA	80	0,3	0,0	7,9	32,8
<b>Iš viso:</b>			<b>11,3</b>	<b>11,7</b>	<b>46,7</b>	<b>337,3</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba	18SR	150	3,6	3,0	9,7	80,2
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Žuvies ( jūros lydeka) kukulis ( tausuojantis)	26A	80	11,9	11,4	9,7	189,0
Bulvių košė	6A	100	1,7	1,0	20,0	95,8
Burokelių salotos su aliejumi	5SA	60	0,6	4,3	6,5	67,1
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>19,7</b>	<b>21,7</b>	<b>70,3</b>	<b>555,3</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	45A	100	9,4	9,1	27,4	229,1
Šaldytų uogų kompotas	7G	150	1,2	0,8	6,0	36,0
Uogienė	7U	20	0,1	0,1	11,7	48,1
<b>Iš viso:</b>			<b>10,7</b>	<b>10,0</b>	<b>45,1</b>	<b>313,1</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,7</b>	<b>43,2</b>	<b>162,1</b>	<b>1205,7</b>

4 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeni ai, g	
Virti makaronai	31A	150	5,4	2,6	28,2	160,5
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Tarkuotas fermentinis sūris	9U	15	4,3	3,8	0,0	51,4
Kriaušės	2VA	80	0,3	0,0	7,9	31,6
Arbata su cukrumi ir citrina	4G	150	0,0	0,0	10,2	40,8
<b>Iš viso:</b>			<b>10,0</b>	<b>10,6</b>	<b>46,3</b>	<b>321,9</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeni ai, g	
Lęšių sriuba	19SR	150	2,4	3,8	14,3	101,0
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Omleto vyniotinis su malta kiaušieną ir daržovių įdarų (tausuojantis)	27A	50/50/50	15,6	16,4	26,7	316,8
Pomidorai	3DA	60	0,1	0,2	4,1	18,7
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>19,9</b>	<b>20,9</b>	<b>69,4</b>	<b>545,4</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeni ai, g	
Varškės apkepas	14A	100	10,1	8,1	28,5	227,3
Saldus grietinės padažas su vanilė	2P	20	0,3	3,0	9,9	67,8
Arbata su cukrumi ir citrina	4G	150	0,0	0,0	10,2	40,8
<b>Iš viso:</b>			<b>10,4</b>	<b>11,1</b>	<b>48,6</b>	<b>335,9</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,3</b>	<b>42,6</b>	<b>164,3</b>	<b>1203,2</b>

4 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų košė	34A	150	9,2	6,8	23,9	193,6
Sviestas 82%	1U	5	0,0	4,2	0,0	37,8
Arbata su cukrumi ir citrina	4G	150	0,0	0,0	10,2	40,8
Bananai	3VA	80	0,9	0,3	18,9	81,9
<b>Iš viso:</b>			<b>10,1</b>	<b>11,3</b>	<b>53,0</b>	<b>354,1</b>

**Pietūs 12,00 val.\***

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba ( brokolių )	20SR	150	2,1	3,2	13,3	90,4
Grietinė 30%	2U	5	0,1	1,5	0,1	14,3
Duona ruginė tamsi	1D	30	1,6	0,3	14,0	65,1
Mėsos( kiaulienos kumpis) - pupelių, daržovių troškinys	46A	50/25/75	16,1	13,3	25,5	286,1
Raugintų kopūstų salotos	7SA	50	0,1	2,5	4,4	40,5
Sulčių gerimas	2G	150	0,2	0,2	10,3	43,8
<b>Iš viso:</b>			<b>20,2</b>	<b>21,0</b>	<b>67,6</b>	<b>540,2</b>

**Vakarienė 15,30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška leistinių sriuba	21SR	150	6,2	4,5	13,3	118,5
Bandelė	8U	50	3,9	6,6	35,2	215,8
<b>Iš viso:</b>			<b>10,1</b>	<b>11,1</b>	<b>48,5</b>	<b>334,3</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,4</b>	<b>43,4</b>	<b>169,1</b>	<b>1228,6</b>