

**2 savaitė**  
**Pirmadienis**

Lopšelis



Tvirtinu:

Pusryčiai 8:15 - 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinė košė (augalinis)	4K	150	3.30	4.41	22.50	142.89
Juoda duona su varškės sūriu	8Š	60	6.23	7.92	13.81	151.50
Balta arbata	1T	150	2.25	1.88	5.46	47.69
<b>Iš viso:</b>			<b>11.78</b>	<b>14.21</b>	<b>41.77</b>	<b>342.08</b>

Pietūs 11:45 -12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška daržovių sriuba (su kopūstais)	7Sr	100	2.17	2.94	7.36	64.53
Baltas padažas	3P	19	0.53	5.18	1.12	53.24
Obuoliai 100/100	9 Vs	100	0.40	0.40	13.00	53.00
Bulvių plokštainis	5A	128	6.59	4.43	26.06	170.51
<b>Iš viso:</b>			<b>9.69</b>	<b>12.95</b>	<b>47.54</b>	<b>341.28</b>

Vakarienė 15:15 -15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kotletukai	6A	60	11.40	9.69	1.86	140.28
Makaronai	6G	57	2.42	2.70	14.23	90.89
Marinuoti agurkai	1S	54	0.43	0.00	2.65	12.31
Arbata be cukraus 100/150	3T	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Agurkai 40/40	18S	40	0.32	0.08	0.92	5.68
<b>Iš viso:</b>			<b>14.57</b>	<b>12.47</b>	<b>19.66</b>	<b>249.16</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>36.04</b>	<b>39.63</b>	<b>108.97</b>	<b>932.52</b>

Pusryčiai 8:15 - 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Uogienės-natūralaus jogurto padažas	6P	18	0.53	0.33	5.41	26.69
Arbata be cukraus 100/150	3T	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Kepti varškėtukai	5V	95	17.21	11.64	21.79	260.77
<b>Iš viso:</b>			<b>17.74</b>	<b>11.97</b>	<b>27.20</b>	<b>287.46</b>

Pietūs 11:45 -12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta daržovių sriuba su skrebučiais (augalinis)	8Sr	100/7	3.32	3.65	16.14	110.68
Plovas	7A	135	12.33	10.51	13.42	197.47
Pomidorai 51/72	6S	51	0.51	0.10	2.09	11.32
Kriaušės 100/100	2 Vs	100	0.40	0.30	13.40	52.00
Rauginti kopūstai su ypač tyru alyvuogių aliejumi	11S	29	0.22	1.49	0.50	16.26
<b>Iš viso:</b>			<b>16.78</b>	<b>16.05</b>	<b>45.55</b>	<b>387.73</b>

Vakarienė 15:15 - 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkai 40/40	18S	40	0.32	0.08	0.92	5.68
Arbata su cukrumi	6T	150	0.00	0.00	2.23	8.91
Lietiniai blynai	9K	110/22	6.79	10.53	35.57	264.27
<b>Iš viso:</b>			<b>7.11</b>	<b>10.61</b>	<b>38.72</b>	<b>278.86</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41.63</b>	<b>38.63</b>	<b>111.47</b>	<b>954.05</b>

**2 savaitė**  
**Trečiadienis**

Lopšelis

Direktoriaus pavaduotoja  
ugdymui  
**Lina Zubkienė**  
pavadojanti direktoriai  
(pareigos, vardas, pavardė)  
2021-09-25

Pusryčiai 8:15 - 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trapučiai 15/15	6Š	15	1.59	0.30	9.36	46.50
Arbata su cukrumi	6T	150	0.00	0.00	2.23	8.91
Ryžių košė (tausojantis)	10K	150	5.08	5.09	30.68	188.74
<b>Iš viso:</b>			<b>6.67</b>	<b>5.39</b>	<b>42.27</b>	<b>244.15</b>

Pietūs 11:45 -12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pupelių sriuba (augalinė)	9Sr	100	2.33	3.51	10.42	82.69
Kalakutienos guliašos	13A	87	12.98	9.26	5.03	155.27
Juoda duona 20/20	19Š	20	1.22	0.26	8.00	39.22
Kopūstų-morkų salotos (augalinis)	7S	64	0.75	4.20	4.04	56.99
Bananai 98/117	5Vs	117	1.40	0.35	27.03	116.88
Pomidorai 30/40 A	14S (A)	30	0.30	0.06	1.23	5.10
<b>Iš viso:</b>			<b>18.98</b>	<b>17.64</b>	<b>55.75</b>	<b>456.15</b>

Vakarienė 15:15 - 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti varškėtukai	3V	125	20.33	8.49	22.25	246.77
Sviesto-grietinės padažas	4P	15	0.26	7.83	0.33	72.86
Arbata be cukraus 100/150	3T	100	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>20.59</b>	<b>16.32</b>	<b>22.58</b>	<b>319.63</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46.24</b>	<b>39.35</b>	<b>120.60</b>	<b>1019.93</b>

**2 savaitė**  
**Ketvirtadienis**

Lopšelis



Pusryčiai 8:15 - 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Makaronai su fermentiniu sūriu	8K	140	7.62	7.50	31.72	224.87
Arbata be cukraus 100/150	3T	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Batonas su sviestu	25Š	24	1.62	3.74	10.16	80.80
<b>Iš viso:</b>			<b>9.24</b>	<b>11.24</b>	<b>41.88</b>	<b>305.67</b>

Pietūs 11:45 -12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių sriuba su brokoliais (augalinė)	10Sr	100	1.01	3.44	5.33	56.24
Troškintos daržovės (asorti; šaldytos)	12G	65	2.15	2.03	4.39	44.46
Vynuogės 60/60 A	4Vs (A)	60	0.42	0.12	10.80	41.40
Agurkai 40/40	18S	40	0.32	0.08	0.92	5.68
Garuose kepta lašiša	9A	56	13.32	13.16	0.68	174.45
Ryžiai plikyti	G 83	64	1.42	0.07	12.25	55.29
<b>Iš viso:</b>			<b>18.64</b>	<b>18.90</b>	<b>34.37</b>	<b>377.52</b>

Vakarienė 15:15 - 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bandelės	12Š	40	0.68	1.43	4.78	34.71
Varškė su uogiene	63V	118.1	13.94	7.40	15.21	183.20
Jogurtukai	V81	125	5.75	3.75	5.88	80.25
<b>Iš viso:</b>			<b>20.37</b>	<b>12.58</b>	<b>25.87</b>	<b>298.16</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>48.25</b>	<b>42.72</b>	<b>102.12</b>	<b>981.35</b>

**2 savaitė**  
**Penktdienis**

Lopšelis

Tvirtinu:

(pareigos, vardas, pavardė)

laureckienė

Pusryčiai 8:15 - 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Natūralus omletas (kiaušiniai, pienas)	102K	70.8	14.34	5.04	2.98	114.55
Arbata su cukrumi	6T	150	0.00	0.00	2.23	8.91
Juoda duona su sviestu 40/54	2Š	40	2.15	4.70	13.99	106.87
Troškintos daržovės (asorti; šaldytos)	12G	65	2.15	2.03	4.39	44.46
Pomidorai 30/40	14S	30	0.30	0.06	1.23	6.66
<b>Iš viso:</b>			<b>18.94</b>	<b>11.83</b>	<b>24.82</b>	<b>281.45</b>

Pietūs 11:45 -12:15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių-kruopų sriuba	11Sr	100	0.81	3.37	5.95	57.31
Juoda duona 20/20	19Š	20	1.22	0.26	8.00	39.22
Kivi 100/100	3Vsa	100	1.00	0.60	13.90	56.00
Troškinta mėsa (kiauliena) su kopūstais	89 A	105	11.68	9.59	4.44	150.74
Agurkai (salotos) 51/68	3S	51	0.41	0.10	1.17	7.24
Virtos bulvės	1G	54	1.13	0.06	10.29	46.18
<b>Iš viso:</b>			<b>16.25</b>	<b>13.98</b>	<b>43.75</b>	<b>356.69</b>

Vakarienė 15:15 - 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų košė	1K	150	4.91	4.26	25.05	158.17
Uogienė	1P	12	0.05	0.01	8.16	32.94
Kakava	11T	150	2.54	2.20	6.37	55.33
Trapučiai 10/15	11Š	10	1.06	0.20	6.24	31.00
<b>Iš viso:</b>			<b>8.56</b>	<b>6.67</b>	<b>45.82</b>	<b>277.44</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>43.75</b>	<b>32.48</b>	<b>114.39</b>	<b>915.58</b>