



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavadaujanti direktorių

Rasita Masaitienė

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

TVIRTINIMO DATA:
2023-10-16

NAUDOJIMO DATA:
2023-10-23

KAUNO LOPŠELIS - DARŽELIS „EŽIUKAS“
A. Mapų g. 12, LT-44284 Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 metų vaikams

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

1 savaitė
Pirmadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavadojanti direktorių

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška sorų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	19962	145/5	7,12	7,80	28,54	212,82
Vaisiai pagal sezoną	13295	115,00	0,46	0,00	11,39	47,38
Nesaldinta juodoji arbata	17390	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			7,58	7,80	39,93	260,22

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	42441	100,00	4,24	2,30	19,40	115,23
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	14318	15/3	0,75	2,66	7,67	57,59
Orkaitėje keptas vištienos filė maltinukas (tausojantis)	32148	70,00	16,02	2,47	6,64	112,84
Virti griikiai (tausojantis)	15086	80,00	3,15	0,78	17,33	88,88
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	62502	85,00	0,78	0,08	6,77	30,88
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			25,00	8,29	58,39	408,18

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai be įdaro	11204	100,00	5,66	9,74	26,25	215,29
Natūralaus jogurto (iki 3,8 proc. rieb.) ir trintų šaldytų uogų padažas	21798	20/15	0,90	0,77	5,07	30,84
Nesaldinta juodoji arbata	17390	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			6,56	10,51	31,32	246,15
Iš viso dienai:			39,14	26,60	129,64	914,54

1 savaitė
Antradienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavaduojanti direktorė

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	30729	150,00	6,24	3,35	34,30	192,35
Vaisiai pagal sezoną	42513	90,00	0,90	0,36	21,06	91,08
Nesaldinta kmynų arbata	6386	150,00	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			7,34	3,86	55,86	287,53

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	7827	100,00	1,53	1,09	10,93	59,67
Skrebučiai su prieskoninėmis žolelėmis	19108	10,00	0,98	1,36	5,52	38,23
Orkaitėje kepti kiaulienos mentės kukuliai (tausojantis)	30236	70,00	10,28	13,93	3,02	178,55
Virti plikyti ryžiai su ciberžole (tausojantis)	14986	90,00	3,08	0,16	28,35	127,21
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	62501	85,00	0,72	0,16	3,58	18,62
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			16,66	16,72	51,99	425,05

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	4826	55/15	11,50	12,81	3,14	173,83
Viso grūdo ruginė duona	18174	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Paprikų juostelės	55445	30,00	0,27	0,06	2,01	9,66
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	62859	50,00	0,40	0,10	1,38	8,00
Nesaldinta juodoji arbata	17390	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			13,64	13,36	21,83	262,10
Iš viso dienai:			37,64	33,94	129,68	974,67



Lopšelio darželis "EŽIUKAS"
Direktorius pav. ugdymui
pavadojanti direktorių

Rasita Masaitienė

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	198	145/5	4,67	5,48	30,61	190,42
Batonas su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	12858	15/3/7	2,94	4,57	8,19	85,65
Nesaldinta juodoji arbata	17390	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			7,61	10,05	38,80	276,09

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	64302	100,00	2,62	2,23	15,17	91,24
Viso grūdo ruginė duona	23153	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Bulvių plokštainis su vištienos šlaunelių mėsa	17420	125/20	7,50	8,06	20,29	183,69
Grietinė (30 proc. rieb.)	19921	15,00	0,39	4,50	0,41	43,68
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	62633	80,00	0,72	0,08	6,06	27,84
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			12,27	15,15	52,71	396,27

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su tarkuotu fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	20136	132/18	10,45	5,82	23,60	188,51
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	62598	30,00	0,24	0,06	0,83	4,80
Vaisiai pagal sezoną	42526	100,00	0,30	0,40	15,10	65,20
Nesaldinta juodoji arbata	17390	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			10,99	6,28	39,52	258,53
Iš viso dienai:			30,87	31,48	131,03	930,89

1 savaitė
Ketvirtadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavadojanti direktorių

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su cinamonu ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	23111	144/1/5	7,29	6,59	36,03	232,62
Vaisiai pagal sezoną	42528	100,00	0,90	0,10	11,70	51,30
Nesaldinta vaistažolių arbata	19364	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			8,19	6,69	47,73	283,93

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	41613	100,00	1,25	1,41	8,18	50,41
Viso grūdo ruginė duona	23153	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Plikytų ryžių plovai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	22139	95/55	12,71	10,70	24,57	245,49
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	62598	30,00	0,24	0,06	0,83	4,80
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	62501	85,00	0,72	0,16	3,58	18,62
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			15,96	12,61	47,95	369,14

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių košė (tausojantis)	7376	110,00	3,48	6,62	27,08	181,78
Kefyras (2,5 proc. rieb.)	17515	150,00	4,80	3,75	6,00	76,95
Iš viso maitinimui:			8,28	10,37	33,08	258,73
Iš viso dienai:			32,43	29,67	128,76	911,80

1 savaitė
Pentadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavadojanti direktorių

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	210	142/8	5,63	9,04	24,14	200,38
Vaisiai pagal sezoną	42513	90,00	0,90	0,36	21,06	91,08
Nesaldinta vaistažolių arbata	19364	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,53	9,40	45,20	291,47

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	41941	100,00	1,16	1,01	9,84	53,10
Viso grūdo ruginė duona	23153	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Jūros lydekos ir lašišos filė maltinukai (tausojantis)	18533	70/10	16,79	10,30	4,14	176,38
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	15044	80,00	1,60	0,08	15,76	70,16
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	62502	85,00	0,78	0,08	6,77	30,88
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	62598	30,00	0,24	0,06	0,83	4,80
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			21,61	11,80	48,12	385,15

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Morkų ir apelsinų pyragas (tausojantis)	4993	70/50	5,25	11,03	32,09	248,65
Trintos šaldytos uogos	16706	20,00	0,13	0,08	1,93	8,93
Pienas (2,5 proc. rieb.)	19305	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			8,19	13,61	38,72	310,08
Iš viso dienai:			36,33	34,81	132,04	986,70

2 savaitė
Pirmadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavadojanti direktorių

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių kruopų košė su bananais ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	30736	120/25/ 5	5,33	6,68	32,52	211,58
Pienas (2,5 proc. rieb.)	144	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			9,53	10,43	39,57	290,33

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	41944	100,00	1,25	1,29	7,01	44,62
Skrebučiai su prieskoninėmis žolelėmis	19108	10,00	0,98	1,36	5,52	38,23
Jautienos kumpio ir grikių troškiny (tausojantis)	26883	60/90	16,62	6,11	24,61	219,88
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	62502	85,00	0,78	0,08	6,77	30,88
Pomidorų skiltelės	70659	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			19,99	8,97	46,23	345,60

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Makaronų ir daržovių (paprikų, cukinijų, morkų) apkepas (tausojantis)	3498	100,00	8,39	13,12	17,76	222,63
Vaisiai pagal sezoną	42526	100,00	0,30	0,40	15,10	65,20
Nesaldinta kmyņu arbata	6386	150,00	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			8,89	13,66	33,36	291,92
Iš viso dienai:			38,41	33,06	119,16	927,85

2 savaitė
Antradienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavarduojanti direktorių
Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška plikytų ryžių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir cinamonu (tausojantis)	30738	142/7/1	5,29	7,50	35,73	231,53
Vaisiai pagal sezoną	42665	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta vaistažolių arbata	19364	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			5,99	7,70	53,74	308,15

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	210	100,00	2,28	1,75	19,59	103,24
Viso grūdo ruginė duona	23991	15,00	0,74	0,20	7,65	35,30
Orkaitėje kepti kapotos vištienos filė kepsniukai (tausojantis)	22660	85,00	16,50	6,92	4,48	146,21
Bulvių košė (tausojantis)	19656	90,00	2,01	2,97	15,90	98,37
Aisbergo salotų, agurkų ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi	62503	70,00	0,51	2,76	2,78	37,94
Paprikų juostelės	55445	30,00	0,27	0,06	2,01	9,66
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			22,37	14,67	52,99	433,48

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniškos a.r. dešrelės (tausojantis)	16893	75,00	9,75	13,50	2,25	169,50
Viso grūdo ruginė duona	23153	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Virtų burokėlių salotos	53892	60,00	1,44	3,92	2,49	50,97
Pomidorų skiltelės	70659	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Nesaldinta juodoji arbata	17390	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			12,47	17,80	16,68	276,79
Iš viso dienai:			40,83	40,17	123,41	1 018,41

2 savaitė
Trečiadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktorius pav. ugdymui
pavadojanti direktorių

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sorų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	22076	150,00	3,96	3,69	22,87	140,50
Užkeptas sumuštinis su varške (9 proc. rieš.) ir obuoliais (tausojantis)	12612	20/25/ 20	5,88	6,82	16,13	149,40
Nesaldinta kmynų arbata	6386	150,00	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			10,04	10,65	39,50	293,99

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Vištienos filė sultinys su makaronais (tausojantis)	289	85/15	6,67	2,69	18,98	126,79
Kiaulienos kumpio kotletas (tausojantis)	100	75,00	13,08	9,71	4,58	158,00
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	1362	60,00	2,03	1,74	16,07	88,09
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	62502	85,00	0,78	0,08	6,77	30,88
Konservuoti (marinuoti ir rauginai) agurkai	62598	30,00	0,24	0,06	0,83	4,80
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			22,86	14,29	47,82	411,32

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su cinamonu ir sviestu (82 proc. rieš.) (tausojantis)	20062	144/1/5	5,93	6,51	27,24	191,30
Vaisiai pagal sezoną	13295	115,00	0,46	0,00	11,39	47,38
Pienas (2,5 proc. rieš.)	19305	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			9,19	9,01	43,33	291,18
Iš viso dienai:			42,09	33,95	130,64	996,49

2 savaitė
Ketvirtadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKA.
Direktoriaus pav. ugdymui
pavadojanti direktorių

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas (tausojantis)	4855	80,00	10,06	12,63	2,56	164,18
Viso grūdo ruginė duona	23153	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Daržovių rinkinukas (konservuoti agurkai, pomidorai)	45355	70,00	0,62	0,20	2,84	15,64
Vaisiai pagal sezoną	11792	80,00	0,80	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta vaistažolių arbata	19364	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			12,46	13,41	34,32	307,86

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta lęšių ir morkų sriuba (augalinis) (tausojantis)	15075	100,00	7,04	4,40	25,55	169,94
Virtų bulvių cepelinai su varške (9 proc. rieš.) (tausojantis)	15284	105/35	7,79	3,21	32,77	191,16
Grietinė (30 proc. rieš.)	19921	15,00	0,39	4,50	0,41	43,68
Paprikų juostelės	62599	80,00	0,72	0,16	5,36	25,76
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			16,00	12,29	64,68	433,30

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis)	229	150,00	3,59	6,88	19,63	154,75
Batonas su sviestu (82 proc. rieš.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieš.)	12858	15/3/7	2,94	4,57	8,19	85,65
Nesaldinta vaistažolių arbata	19364	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,53	11,44	27,82	240,41
Iš viso dienai:			34,99	37,14	126,82	981,57

2 savaitė
Penktadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavarduojanti direktorių

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trijų grūdų (avižinių, miežinių, kvietinių) košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	20157	146/4	4,68	4,48	28,28	172,16
Vaisiai pagal sezoną	42515	90,00	0,81	0,36	13,32	59,76
Sūrio lazdelė (40 proc. rieš.)	5524	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Nesaldinta vaisinė arbata	20690	150,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			10,83	9,00	41,68	291,07

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	41947	100,00	3,70	1,49	12,28	77,35
Kepta su garais lašišos filė (tausojantis)	18534	60,00	12,43	13,17	2,61	178,64
Virti plikyti ryžiai su ciberžole (tausojantis)	21499	80,00	2,31	0,12	21,19	95,10
Virtų burokėlių salotos	53892	60,00	1,44	3,92	2,49	50,97
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	62598	30,00	0,24	0,06	0,83	4,80
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			20,19	18,77	39,98	409,62

Vakariėnė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių pyragas (tausojantis)	10385	75,00	5,06	9,34	21,34	189,62
Natūralaus jogurto (iki 3,8 proc. rieš.) ir trintų šaldytų uogų padažas	21798	20/15	0,90	0,77	5,07	30,84
Pienas (2,5 proc. rieš.)	19305	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			8,76	12,61	31,11	272,96
Iš viso dienai:			39,78	40,39	112,77	973,65

3 savaitė
Pirmadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavadojanti direktorė

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	26886	145/5	3,77	5,36	33,93	199,03
Vaisiai pagal sezoną	42665	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta vaisinė arbata	20690	150,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			4,47	5,56	51,93	275,66

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ukrainietiški barščiai su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	42448	100,00	4,83	3,80	19,42	131,18
Viščiukų broilerių krūtinėlių filė guliašas su morkomis (tausojantis)	31422	105/15	18,62	4,55	3,73	130,37
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	17819	90,00	2,98	0,15	27,45	123,03
Daržovių rinkinukas (konservuoti agurkai, pomidorai)	62508	80,00	0,71	0,23	3,27	17,98
Paprikų juostelės	62599	80,00	0,72	0,16	5,36	25,76
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			27,93	8,90	59,81	431,08

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Karšti sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) ir a.r. virta dešra (tausojantis)	17520	40/15/ 15	8,00	11,85	18,75	213,63
Paprikų juostelės	62599	80,00	0,72	0,16	5,36	25,76
Nesaldinta vaisinė arbata	20690	150,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			8,73	12,01	24,11	239,42
Iš viso dienai:			41,13	26,47	135,85	946,16

3 savaitė
Antradienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavadojanti direktorių
Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Griekių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	20050	150,00	5,20	3,10	28,59	163,02
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rie.)	14318	15/3	0,75	2,66	7,67	57,59
Vaisiai pagal sezoną	13295	115,00	0,46	0,00	11,39	47,38
Nesaldinta juodoji arbata	17390	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			6,41	5,76	47,65	268,01

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	50502	100,00	3,57	3,25	14,98	103,42
Orkaitėje keptos vištienos filė lazdelės (tausojantis)	22766	70,00	20,70	5,80	8,94	170,76
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	22433	80,00	2,94	0,38	23,36	108,67
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	23025	75,00	0,65	0,06	4,97	22,98
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	62859	50,00	0,40	0,10	1,38	8,00
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			28,32	9,61	54,20	416,59

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rie.) apkepas (tausojantis)	12582	100,00	15,31	10,88	16,21	223,99
Natūralaus jogurto (iki 3,8 proc. rie.) ir trintų šaldytų uogų padažas	21798	20/15	0,90	0,77	5,07	30,84
Nesaldinta kmyų arbata	6386	150,00	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			16,41	11,80	21,78	258,93
Iš viso dienai:			51,14	27,16	123,63	943,54

3 savaitė
Trečiadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavadojanti direktorių

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	26887	145/5	3,10	5,32	24,38	157,78
Vaisiai pagal sezoną	42513	90,00	0,90	0,36	21,06	91,08
Nesaldinta juodoji arbata	17390	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			4,00	5,68	45,44	248,88

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Plikytų ryžių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis) (tausojantis)	227	100,00	1,83	2,10	16,60	92,57
Viso grūdo ruginė duona	23153	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Virti makaronai (tausojantis)	15060	80,00	4,51	2,60	17,42	111,10
Maltos kiaulienos kumpio padažas (tausojantis)	26184	55,00	6,25	7,30	1,69	97,43
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	51182	90,00	0,93	0,09	7,52	34,59
Pomidorų skiltelės	70659	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			14,87	12,48	55,75	394,76

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtų bulvių ir varškės (9 proc. rieb.) kukuliai (tausojantis)	19307	100/35	8,17	5,41	31,54	207,52
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	22508	20,00	0,86	0,76	0,96	14,12
Kefyras (2,5 proc. rieb.)	19528	130,00	4,16	3,25	5,20	66,69
Iš viso maitinimui:			13,19	9,42	37,70	288,33
Iš viso dienai:			32,06	27,58	138,89	931,97

3 savaitė
Ketvirtadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavadojanti direktorių
Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	22	150,00	2,45	3,49	16,86	108,68
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	14318	15/3	0,75	2,66	7,67	57,59
Vaisiai pagal sezoną	42513	90,00	0,90	0,36	21,06	91,08
Nesaldinta vaistažolių arbata	19364	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,10	6,51	45,60	257,36

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su kiaulienos sprandinės kukulaičiais (tausojantis)	68263	85/15	4,71	5,76	14,36	128,13
Kalakutienos filė ir kiaulienos šoninės kukuliai (tausojantis)	87	60/10	13,12	10,19	3,50	158,19
Bulvių košė (tausojantis)	19656	90,00	2,01	2,97	15,90	98,37
Aisbergo salotos su paprikomis ir pomidorais	61292	110,00	1,12	3,31	3,92	49,98
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			21,03	22,25	38,27	437,44

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti avižinių dribsnių sausainiai su morkomis ir bananais (tausojantis)	19066	90,00	6,14	3,14	40,46	214,71
Grūdėta varškė (7 proc. rieb.)	6821	40,00	4,80	2,80	1,08	48,72
Trintos šaldytos uogos	16706	20,00	0,13	0,08	1,93	8,93
Nesaldinta vaistažolių arbata	19364	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,08	6,02	43,47	272,38
Iš viso dienai:			36,20	34,78	127,34	967,18

3 savaitė
Penktadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"
Direktoriaus pav. ugdymui
pavadojanti direktorių
Rasita Masaitienė
Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška manų kruopų košė su avižų sėlenomis ir sviestu (82 proc. rieš.) (tausojantis)	30917	144/1/5	5,65	5,96	27,00	184,29
Vaisiai pagal sezoną	42526	100,00	0,30	0,40	15,10	65,20
Nesaldinta kmyņu arbata	6386	150,00	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			6,15	6,51	42,60	253,58

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	57310	100,00	0,87	1,07	7,25	42,09
Viso grūdo ruginė duona	23153	20,00	0,98	0,26	10,20	47,06
Jūros lydekų filė maltinukai (tausojantis)	16	80,00	14,69	8,90	4,09	155,18
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	15044	80,00	1,60	0,08	15,76	70,16
Burokėlių salotos su aliejumi	67352	75,00	2,17	3,15	3,98	52,94
Pomidorų skiltelės	70659	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Agurkai	59192	70,00	0,23	0,00	0,92	4,62
Vanduo su citrina	119	200,00	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso maitinimui:			20,90	13,59	44,53	384,06

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Moliūgų ir bananų pyragas (tausojantis)	4942	90,00	3,30	6,62	23,87	168,27
Pienas (2,5 proc. rieš.)	144	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			7,50	10,37	30,92	247,02
Iš viso dienai:			34,55	30,47	118,05	884,66