



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"  
Direktoriaus pav. ugdymui  
pavadojanti direktorių

Rasita Masaitienė

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašas  
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

4-7 metų vaikams

Ištaigos 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.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška sorų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	19963	190/10	7,03	10,92	33,92	262,07
Vaisiai pagal sezoną	48480	120,00	0,48	0,00	11,88	49,44
Nesaldinta juodoji arbata	17684	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,51</b>	<b>10,92</b>	<b>45,80</b>	<b>311,53</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	42444	150,00	6,10	4,01	26,55	166,71
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	14429	20/3	1,00	2,72	10,22	69,36
Orkaitėje keptas vištienos filė maltinukas (tausojantis)	22462	90,00	20,61	3,18	8,55	145,21
Virti griekiai (tausojantis)	21588	100,00	4,10	1,01	22,52	115,54
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	17338	100,00	0,89	0,09	7,38	33,89
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>32,76</b>	<b>11,03</b>	<b>75,92</b>	<b>533,97</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai be įdaro	11206	110,00	9,07	12,32	43,42	320,88
Natūralaus jogurto (iki 3,8 proc. rieb.) ir trintų šaldytų uogų padažas	22863	30/20	1,32	1,13	6,19	40,17
Nesaldinta juodoji arbata	17684	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,39</b>	<b>13,45</b>	<b>49,61</b>	<b>361,07</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>50,66</b>	<b>35,40</b>	<b>171,33</b>	<b>1206,57</b>

1 savaitė  
Antradienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"  
Direktorius 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	
Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	31311	200,00	7,81	3,74	42,97	236,79
Vaisiai pagal sezoną	42514	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta kmynų arbata	25323	200,00	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,01</b>	<b>4,29</b>	<b>66,87</b>	<b>342,08</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	7828	150,00	1,97	5,11	14,61	112,37
Skrebučiai su prieskoninėmis žolelėmis	19112	10,00	0,98	1,36	5,52	38,23
Orkaitėje kepti kiaulienos mentės kukuliai (tausojantis)	30751	90,00	12,94	17,90	3,04	225,00
Virti plikyti ryžiai su ciberžole (tausojantis)	15163	100,00	3,29	0,17	30,24	135,66
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	46046	95,00	0,84	0,23	4,37	22,88
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,09</b>	<b>24,79</b>	<b>58,47</b>	<b>537,40</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	4947	123/17	13,97	15,71	3,64	211,84
Viso grūdo ruginė duona	18331	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Paprikų juostelės	61976	50,00	0,45	0,10	3,35	16,10
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	71635	50,00	0,40	0,10	1,38	8,00
Nesaldinta juodoji arbata	17684	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,29</b>	<b>16,30</b>	<b>23,67</b>	<b>306,56</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>45,39</b>	<b>45,39</b>	<b>149,00</b>	<b>1 186,04</b>



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"  
Direktoriaus pav. ugdymui  
pavaduojanti 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)	31312	195/5	6,44	5,88	41,64	245,16
Batonas su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	16908	15/3/ 7	2,94	4,57	8,19	85,65
Nesaldinta juodoji arbata	17684	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,38</b>	<b>10,45</b>	<b>49,83</b>	<b>330,83</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	65433	150,00	3,13	3,28	18,15	114,64
Viso grūdo ruginė duona	23152	20,00	1,18	0,31	12,24	56,47
Bulvių plokštainis su vištienos šlaunelių mėsa	17421	120/40	13,56	12,63	26,85	275,29
Grietinė (30 proc. rieb.)	14552	20,00	0,52	6,00	0,54	58,24
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	17338	100,00	0,89	0,09	7,38	33,89
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,35</b>	<b>22,33</b>	<b>65,85</b>	<b>541,81</b>

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)	20137	175/25	14,43	8,06	32,45	260,04
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	62644	40,00	0,32	0,08	1,10	6,40
Vaisiai pagal sezoną	42527	100,00	0,30	0,40	15,10	65,20
Nesaldinta juodoji arbata	17684	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,05</b>	<b>8,54</b>	<b>48,65</b>	<b>331,67</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>43,78</b>	<b>41,32</b>	<b>164,33</b>	<b>1204,31</b>

1 savaitė  
Ketvirtadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"  
Direktoriaus pav. ugdymui  
pavarduojanti direktorių  
*Rasita Masaitienė*  
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)	23110	194/1/5	9,00	7,48	42,63	273,82
Vaisiai pagal sezoną	43101	100,00	0,90	0,10	11,70	51,30
Nesaldinta vaistažolių arbata	19634	200,00	0,00	0,00	0,00	0,02
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,90</b>	<b>7,58</b>	<b>54,33</b>	<b>325,13</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	65435	150,00	1,51	2,07	9,85	64,05
Viso grūdo ruginė duona	23152	20,00	1,18	0,31	12,24	56,47
Plikytų ryžių plovos su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	22138	115/85	18,90	14,08	33,76	337,38
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	71635	50,00	0,40	0,10	1,38	8,00
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	46046	95,00	0,84	0,23	4,37	22,88
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,90</b>	<b>16,81</b>	<b>62,29</b>	<b>492,05</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių košė (tausojantis)	7377	200,00	4,07	8,53	30,52	215,05
Kefyras (2,5 proc. rieb.)	3377	200,00	6,40	5,00	8,00	102,60
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,47</b>	<b>13,53</b>	<b>38,52</b>	<b>317,65</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>43,27</b>	<b>37,92</b>	<b>155,14</b>	<b>1134,83</b>

1 savaitė  
Penktadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"  
Direktoriaus pav. ugdymui  
pavadojanti direktorių

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	211	190/10	6,02	11,66	25,77	232,07
Vaisiai pagal sezoną	42514	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta vaistažolių arbata	19634	200,00	0,00	0,00	0,00	0,02
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,02</b>	<b>12,06</b>	<b>49,17</b>	<b>333,29</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	41942	150,00	1,75	1,51	14,76	79,66
Viso grūdo ruginė duona	23152	20,00	1,18	0,31	12,24	56,47
Jūros lydekos ir lašišos filė maltinukai (tausojantis)	18541	70/10	18,89	11,70	4,19	197,58
Virtos bulvės (tausojantis)	15045	100,00	2,00	0,10	19,70	87,70
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	17338	100,00	0,89	0,09	7,38	33,89
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	71635	50,00	0,40	0,10	1,38	8,00
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>25,18</b>	<b>13,83</b>	<b>60,34</b>	<b>466,58</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Morkų ir apelsinų pyragas (tausojantis)	4994	150,00	7,61	9,94	45,16	300,56
Trintos šaldytos uogos	14791	30,00	0,20	0,12	2,47	11,73
Pienas (2,5 proc. rieb.)	17686	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,01</b>	<b>13,81</b>	<b>54,68</b>	<b>391,04</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>44,21</b>	<b>39,70</b>	<b>164,19</b>	<b>1190,91</b>

2 savaitė  
Pirmadienis



Lopšelio darželis "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.)
Avižinių kruopų košė su bananais ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	31320	160/35 /5	6,60	7,29	41,30	257,27
Pienas (2,5 proc. rieb.)	145	200,00	5,60	5,00	9,40	105,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,20</b>	<b>12,29</b>	<b>50,70</b>	<b>362,27</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	41945	150,00	2,37	2,50	14,24	88,89
Skrebučiai su prieskoninėmis žolelėmis	16856	30,00	2,58	1,82	16,20	91,49
Jautienos kumpio ir grikių troškiny (tausojantis)	26920	70/90	19,31	6,62	27,50	246,85
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	17338	100,00	0,89	0,09	7,38	33,89
Pomidorų skiltelės	71667	50,00	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>25,72</b>	<b>11,25</b>	<b>68,92</b>	<b>479,78</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Makaronų ir daržovių (paprikų, cukinijų, morkų) apkepas (tausojantis)	3502	120,00	10,03	16,28	21,29	271,87
Vaisiai pagal sezoną	42527	100,00	0,30	0,40	15,10	65,20
Nesaldinta kmylių arbata	25323	200,00	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,53</b>	<b>16,83</b>	<b>36,89</b>	<b>341,16</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>48,45</b>	<b>40,37</b>	<b>156,51</b>	<b>1183,21</b>

2 savaitė  
Antradienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"  
Direktorius pav. ugdymui  
pavadojanti direktorių  
*Rasita Masaitienė*  
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)	31321	144/5/1	6,39	7,95	43,75	272,07
Vaisiai pagal sezoną	57225	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta vaistažolių arbata	19634	200,00	0,00	0,00	0,00	0,02
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,09</b>	<b>8,15</b>	<b>61,75</b>	<b>348,69</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	211	150,00	2,24	2,23	19,82	108,34
Viso grūdo ruginė duona	23152	20,00	1,18	0,31	12,24	56,47
Orkaitėje kepti kapotos vištienos filė kepsniukai (tausojantis)	22926	90,00	18,20	7,45	4,72	158,67
Bulvių košė (tausojantis)	15845	80,00	2,18	3,04	16,72	102,96
Aisbergo salotų, agurkų ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi	46050	110,00	0,91	2,80	3,98	44,70
Paprikų juostelės	61976	50,00	0,45	0,10	3,35	16,10
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>25,23</b>	<b>15,94</b>	<b>61,53</b>	<b>490,51</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniškios a/r dešrelės (tausojantis)	21782	85,00	11,05	15,30	2,55	192,10
Viso grūdo ruginė duona	23152	20,00	1,18	0,31	12,24	56,47
Virtų burokėlių salotos	53897	65,00	2,19	3,97	3,49	58,42
Pomidorų skiltelės	71667	50,00	0,50	0,20	2,90	15,40
Nesaldinta juodoji arbata	17684	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,91</b>	<b>19,78</b>	<b>21,18</b>	<b>322,41</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>47,23</b>	<b>43,87</b>	<b>144,46</b>	<b>1 161,61</b>



2 savaitė  
Trečiadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"  
Direktorius pav. ugdymui  
pavadojanti direktorių  
*Rasita Masaitienė*  
Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sorų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3371	200,00	4,80	4,80	27,72	173,28
Užkeptas sumuštinis su varške (9 proc. rieb.) ir obuoliais (tausojantis)	12096	50/20/ 30	4,95	8,74	18,49	172,46
Nesaldinta kmylių arbata	25323	200,00	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,95</b>	<b>13,69</b>	<b>46,71</b>	<b>349,83</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Vištienos filė sultinys su makaronais (tausojantis)	290	125/25	7,89	4,86	24,28	172,46
Kiaulienos kumpio kotletas (tausojantis)	101	75,00	13,08	9,71	4,58	158,00
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	1363	70,00	2,32	3,17	18,28	110,91
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	17338	100,00	0,89	0,09	7,38	33,89
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	62597	45,00	0,36	0,09	1,24	7,20
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>24,62</b>	<b>17,94</b>	<b>56,46</b>	<b>485,73</b>

Vakarienė 15:30 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)	24248	194/1/ 5	8,24	7,43	37,70	250,63
Vaisiai pagal sezoną	48480	120,00	0,48	0,00	11,88	49,44
Pienas (2,5 proc. rieb.)	17686	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,92</b>	<b>11,18</b>	<b>56,63</b>	<b>378,82</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>47,49</b>	<b>42,81</b>	<b>159,79</b>	<b>1214,38</b>

2 savaitė  
Ketvirtadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"  
Direktoriaus pav. ugdymui  
pavaduojanti direktorių  
*Rasita Masaitienė*  
Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas (tausojantis)	4949	100,00	13,16	16,31	3,68	214,18
Viso grūdo ruginė duona	23152	20,00	1,18	0,31	12,24	56,47
Daržovių rinkinukas (konservuoti agurkai, pomidorai)	52543	90,00	0,78	0,20	4,02	21,00
Vaisiai pagal sezoną	42514	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta vaistažolių arbata	19634	200,00	0,00	0,00	0,00	0,02
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,12</b>	<b>17,22</b>	<b>43,34</b>	<b>392,87</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta lęšių ir morkų sriuba (augalinis) (tausojantis)	15077	150,00	7,73	5,46	28,21	192,93
Virtų bulvių cepelinai su varške (9 proc. rieš.) (tausojantis)	14630	133/47	9,84	4,32	33,02	210,33
Grietinė (30 proc. rieš.)	14552	20,00	0,52	6,00	0,54	58,24
Paprikų juostelės	74111	100,00	0,90	0,20	6,70	32,20
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,07</b>	<b>16,00</b>	<b>69,17</b>	<b>496,96</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis)	55441	150,00	4,98	5,59	30,67	192,92
Batonas su sviestu (82 proc. rieš.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieš.)	16908	15/3/ 10	3,69	5,33	8,25	95,68
Nesaldinta vaistažolių arbata	19634	200,00	0,00	0,00	0,00	0,02
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,67</b>	<b>10,92</b>	<b>38,92</b>	<b>288,61</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>43,86</b>	<b>44,14</b>	<b>151,44</b>	<b>1178,45</b>

2 savaitė  
Penktadienis



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.)
Trijų grūdų (avižinių, miežinių, kvietinių) grūdų su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	21918	195/5	5,85	6,51	35,35	223,39
Vaisiai pagal sezoną	43102	90,00	0,81	0,36	13,32	59,76
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	5525	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Nesaldinta vaisinė arbata	20692	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,00</b>	<b>11,03</b>	<b>48,75</b>	<b>342,30</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	41948	150,00	5,55	2,23	18,40	115,86
Kepta su garais lašišos filė (tausojantis)	13102	70,00	15,99	16,48	3,78	227,40
Virti plikyti ryžiai su ciberžole (tausojantis)	21850	90,00	2,72	0,14	24,96	112,00
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	62597	45,00	0,36	0,09	1,24	7,20
Virtų burokėlių salotos	53897	80,00	2,19	3,97	3,49	58,42
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>26,88</b>	<b>22,94</b>	<b>52,55</b>	<b>524,14</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių pyragas (tausojantis)	15402	100,00	6,26	12,92	25,24	242,27
Natūralaus jogurto (iki 3,8 proc. rieb.) ir trintų šaldytų uogų padažas	22863	30/20	1,32	1,13	6,19	40,17
Pienas (2,5 proc. rieb.)	17686	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,78</b>	<b>17,80</b>	<b>38,48</b>	<b>361,19</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>50,66</b>	<b>51,76</b>	<b>139,78</b>	<b>1227,63</b>

3 savaitė  
Pirmadienis



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.)
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	26891	195/5	4,87	4,67	43,93	237,23
Vaisiai pagal sezoną	57225	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta vaisinė arbata	20692	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,57</b>	<b>4,87</b>	<b>61,93</b>	<b>313,86</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ukrainietiški barščiai su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	65475	150,00	5,58	4,35	21,82	148,73
Viščiukų broilerių krūtinėlių filė guliašas su morkomis (tausojantis)	31404	80/70	18,85	6,17	5,21	151,78
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	21859	90,00	2,98	0,15	27,45	123,03
Šviežių daržovių rinkinukas (konservuoti agurkai, pomidorai)	52543	90,00	0,78	0,20	4,02	21,00
Paprikų juostelės	62600	90,00	0,81	0,18	6,03	28,98
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>29,09</b>	<b>11,06</b>	<b>65,22</b>	<b>476,79</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Karšti sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) ir a.r. virta dešra (tausojantis)	17521	55/15/ 20	8,86	16,99	21,60	274,69
Paprikų juostelės	62600	90,00	0,81	0,18	6,03	28,98
Nesaldinta vaisinė arbata	20692	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,67</b>	<b>17,17</b>	<b>27,63</b>	<b>303,70</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>44,33</b>	<b>33,10</b>	<b>154,79</b>	<b>1094,35</b>

3 savaitė  
Antradienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"  
Direktoriaus pav. ugdymui  
pavadojanti direktorių  
*Rasita Masaitienė*  
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)	26454	200,00	6,55	3,43	36,04	201,24
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	14429	20/3	1,00	2,72	10,22	69,36
Vaisiai pagal sezoną	48480	120,00	0,48	0,00	11,88	49,44
Nesaldinta juodoji arbata	17684	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,03</b>	<b>6,15</b>	<b>58,14</b>	<b>320,06</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	50505	150,00	4,74	4,33	19,94	137,66
Orkaitėje keptos vištienos filė lazdelės (tausojantis)	22930	80,00	23,78	4,87	10,47	180,85
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	15165	120,00	3,64	0,48	28,91	134,48
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	17338	100,00	0,89	0,09	7,38	33,89
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	62644	40,00	0,32	0,08	1,10	6,40
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>33,46</b>	<b>9,87</b>	<b>68,48</b>	<b>496,55</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	12583	150,00	21,37	15,47	21,64	311,24
Natūralaus jogurto (iki 3,8 proc. rieb.) ir trintų šaldytų uogų padažas	22863	30/20	1,32	1,13	6,19	40,17
Nesaldinta kmylių arbata	25323	200,00	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,89</b>	<b>16,74</b>	<b>28,33</b>	<b>355,50</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>64,37</b>	<b>32,76</b>	<b>154,96</b>	<b>1172,11</b>

3 savaitė  
Trečiadienis



Lopšelio darželio "EŽIUKAS"  
Direktoriaus pav. ugdymui  
pavaduojanti direktorių

Rasita Masaitienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	20346	193/7	4,31	6,30	33,96	209,73
Vaisiai pagal sezoną	42514	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta juodoji arbata	17684	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,31</b>	<b>6,70</b>	<b>57,36</b>	<b>310,96</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Plikytų ryžių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis) (tausojantis)	228	150,00	2,61	4,13	24,21	144,49
Viso grūdo ruginė duona	23152	20,00	1,18	0,31	12,24	56,47
Virti makaronai (tausojantis)	21763	100,00	6,02	3,74	23,22	150,62
Maltos kiaulienos kumpio padažas (tausojantis)	30779	65,00	8,30	8,08	2,13	114,46
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	17338	100,00	0,89	0,09	7,38	33,89
Pomidorų skiltelės	71667	50,00	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,57</b>	<b>16,58</b>	<b>72,78</b>	<b>518,59</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtų bulvių ir varškės (9 proc. rieb.) kukuliai (tausojantis)	19308	115/50	11,56	7,72	42,85	287,16
Natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	22509	30,00	1,29	1,14	1,44	21,18
Kefyras (2,5 proc. rieb.)	8313	150,00	4,80	3,75	6,00	76,95
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>17,65</b>	<b>12,61</b>	<b>50,29</b>	<b>385,29</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>42,53</b>	<b>35,89</b>	<b>180,43</b>	<b>1214,84</b>

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 su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	23	196/4	3,30	4,06	22,72	140,57
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	14429	20/3	1,00	2,72	10,22	69,36
Vaisiai pagal sezoną	42514	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta vaistažolių arbata	19634	200,00	0,00	0,00	0,00	0,02
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,29</b>	<b>7,18</b>	<b>56,35</b>	<b>311,14</b>

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)	68266	135/15	5,56	8,59	17,09	167,85
Kalakutienos filė ir kiaulienos šoninės kukuliai (tausojantis)	37030	77/13	16,29	13,42	5,13	206,40
Bulvių košė (tausojantis)	21861	100,00	2,35	3,93	18,11	117,20
Aisbergo salotos su paprikomis ir pomidorais	61291	115,00	1,17	3,32	4,26	51,59
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>25,44</b>	<b>29,27</b>	<b>45,28</b>	<b>546,31</b>

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)	21784	145,00	9,88	5,06	50,04	285,22
Grūdėta varškė (7 proc. rieb.)	18971	50,00	6,00	3,50	1,35	60,90
Trintos šaldytos uogos	14791	30,00	0,20	0,12	2,47	11,73
Nesaldinta vaistažolių arbata	19634	200,00	0,00	0,00	0,00	0,02
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,09</b>	<b>8,68</b>	<b>53,86</b>	<b>357,86</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>46,82</b>	<b>45,12</b>	<b>155,49</b>	<b>1215,32</b>

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. rieb.) (tausojantis)	31324	194/1/5	7,76	6,39	38,80	243,72
Vaisiai pagal sezoną	42527	100,00	0,30	0,40	15,10	65,20
Nesaldinta kmynų arbata	25323	200,00	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,25</b>	<b>6,93</b>	<b>54,40</b>	<b>313,01</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	55128	150,00	1,43	4,27	11,94	91,95
Viso grūdo ruginė duona	23152	20,00	1,18	0,31	12,24	56,47
Jūros lydekos filė maltinukai (tausojantis)	20732	90,00	17,95	10,90	5,22	190,77
Virtos bulvės (tausojantis)	15045	100,00	2,00	0,10	19,70	87,70
Burokėlių salotos su aliejumi	71712	90,00	2,53	1,17	4,46	38,52
Pomidorų skiltelės	71667	50,00	0,50	0,20	2,90	15,40
Agurkai	6486	70,00	0,49	0,00	1,96	9,80
Vanduo su citrina	120	200,00	0,08	0,02	0,70	3,27
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>26,16</b>	<b>16,98</b>	<b>59,11</b>	<b>493,87</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Moliūgų ir bananų pyragas (tausojantis)	5022	100,00	3,69	7,37	27,15	189,70
Pienas (2,5 proc. rieb.)	145	200,00	5,60	5,00	9,40	105,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,29</b>	<b>12,37</b>	<b>36,55</b>	<b>294,70</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>43,70</b>	<b>36,28</b>	<b>150,06</b>	<b>1101,58</b>