

VALSTYBINĖS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBOS
ANYKŠČIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

VALGIARAŠČIO VERTINIMO PAŽYMA

2018 m. spalio 17 d. Nr. VVP-7624

Anykščių vaikų lopšelio – darželio „EGLUTĖ“ ikimokyklinio amžiaus grupė, 15 dienų
valgiaraštis, Statybininkų g. 3, Anykščiai

(vaikų ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos arba vaikų poilsio stovyklos pavadinimas, adresas)

Anykščių lopšelis – darželis „EGLUTĖ“, Statybininkų g. 3, Anykščiai

(valgiaraštį teikiančios derinti įmonės arba įstaigos pavadinimas, adresas)

1-3 m.

Įvertintas _____ vaikų amžiaus grupės

(1-3 m.; 4-7 m.; 6-10 m.; 11 m. ir vyresni ir kt.) (įrašyti tinkamą)

pusryčių / priešpiečių / pietų / pavakarių / vakarienes valgiaraštis.

(nereikalingą išbraukti)

Nustatyta: Valgiaraštis atitinka Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos direktoriaus 2015 m. birželio 22 d. įsakymo Nr. B1-610 „Dėl Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo patvirtinimo“, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo Nr. V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ teisės aktų reikalavimus.

Vertinimo išvada: suderinta / nesuderinta

(nereikalingą išbraukti)

Vertinimą atliko:

Viršininkas – valstybinis
veterinarijos inspektorius


(parašas)

Dainius Žiogelis

(vardas ir pavardė)

Vyriausiasis specialistas – maisto
produktų inspektorius


(parašas)

Jonas Mėginis

(vardas ir pavardė)

(vertinimą atlikusio asmens pareigos)

Anykščių vaikų lopšelis-darželis „Eglutė“

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

DIENŲ VALGIARAŠTIS

15 dienų

(nurodyti dienų skaičių)

1-3 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7:00 iki 17:30 val.

LOPŠELIO

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 su sviestu(82%)(tausojantis)	3-3/30T	150	4.22	2.40	27.86	149.96
Grūdėta varškė (7%)	18/1	70	8.40	4.90	1.89	85.26
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Nesaldinta arbata (ramunėlių)	17-1/2 3	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			12.86	7.54	37.55	269.54

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT	150	3.01	3.46	24.20	139.99
Keptas orkaitėje žuvis (lydekos) paplotėlis (tausojantis)	9-7/142T	50	13.15	3.44	1.53	89.69
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64T	90	1.55	2.55	18.02	99.69
Pekino kopūstų, porų, pomidorų salotos su graikiškų riešutų aliejumi	2-1/6A 4	120	1.43	6.28	4.49	80.23
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.14	15.73	48.24	409.96

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir kietuoju sūriu 45% (tausojantis)	6-5/101T	100	5.49	6.00	22.63	166.45
Avižiniai sausainiai su morkomis ir bananais	16-8/166	50	2.76	1.54	16.20	89.66
Arbata	17-1/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Iš viso:			8.53	7.82	47.93	296.15
Iš viso (dienos davinio):			40.53	31.09	133.72	975.65



LOPŠELIO

I savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų košė su sėlenėlėmis ir sviestu(82%)	3-3/47T	150	6.22	3.49	26.90	163.88
Linų sėmenys (malti)	18/50	5	1.17	1.55	1.70	25.43
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 11	150	0.60	0.60	19.50	85.80
Nesaldinta arbata (pankolių)	17-1/2 7	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.99	5.64	48.10	275.11

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojojantis)	1-3/39AT 1	150	1.43	3.14	10.68	76.72
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	30	2.22	0.48	12.84	64.56
Jautienos troškiny su moliūgais (tausojojantis) (maltinis)	12-5/100T	100(60/40)	17.59	11.05	4.28	186.91
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 1	70	0.89	6.82	3.93	80.66
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			22.37	21.61	31.95	411.82

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai		100	6.32	3.15	36.88	198.73
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2	15	0.47	0.25	0.45	5.93
Nesaldinta arbata (ramunėlių)	17-1/2 3	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 1	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Iš viso:			7.03	3.64	45.13	238.98
Iš viso (dienos davinio):			37.39	30.89	125.18	925.91



I savaitė
Trečiadienis

LOPŠELIO
1-3 metų

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu, graikiškų riešutų aliejumi	3-3/31AT	150	4.29	5.87	24.75	169.01
Nesaldintas jogurtas(2,5%) su sezoniniais vaisiais ir razinomis	15-1/9 1	90(55/35)	3.04	1.53	15.07	86.25
Kefyras		100	3.30	0.50	4.10	34.00
Nesaldinta arbata (juodoji)	17-1/2	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.63	7.90	43.92	289.26

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta žirnių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/30AT 1	150	4.23	3.33	18.47	120.74
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškiny (tausojantis)	10-5/101T 1	45/75	12.90	5.71	13.86	158.45
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A 2	90	1.70	6.42	7.94	96.33
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			20.31	15.78	48.84	418.56

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (9%) su viso grūdo kvietiniais miltais	4-3/63AT	80	12.09	5.62	19.66	172.43
Nesaldintas jogurtas(2,5%)		10	0.47	0.25	0.45	5.93
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 6	110	0.44	0.44	14.30	62.92
Nesaldinta arbata(melisu)	17-1/2 13	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.00	6.31	34.41	241.28
Iš viso (dienos davinio):			43.94	29.99	127.17	949.10



LOPŠELIO

I savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu(2,5 % _o) ir sviestu (82% _o) (tausojantis)	3-3/40T I	150	5.86	3.84	27.62	168.50
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82% _o) ir pomidoru	16-1/3 I	25/5/10	1.99	4.55	11.15	93.51
Nesaldinta arbata (juodoji)	17-1/2 II	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Iš viso:			8.13	8.67	47.57	302.01

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT I	150	1.88	3.27	13.17	89.62
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis(tausojantis)	10-7/143T I	50	13.23	5.16	2.90	110.99
Virtos bulvės (augalinis)(tausojantis)	4-3/65 AT 4	80	1.65	0.082	15.08	67.65
Keptos su garais šakninės daržovės su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis)	4-7/142 AT I	70	2.23	3.29	9.00	74.52
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai)	18/22 I	50	0.40	0.10	1.15	7.10
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.39	11.902	41.30	349.88

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9% _o) su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T 2	100	12.92	6.26	24.03	204.16
Nesaldintas jogurtas (2,5% _o)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Tarkuotos morkos su obuoliais, smulkintais migdolų riešutais, citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A I	90	1.07	0.91	14.25	69.46
Nesaldinta arbata (erškėtrožių)	17-1/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			14.70	7.55	38.95	282.51
Iš viso (dienos davinio):			42.22	28.122	127.52	934.40





LOPŠELIO

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojojantis)		100	2.83	1.90	14.53	86.46
Virtas kiaušinis (tausojojantis)	8-3/60T 1	50	6.15	5.85	0.35	78.65
Viso grūdo duona su saulėgrąžomis	18/71	30	5.00	2.40	15.00	101.59
Nesaldinta arbata (čiobrelčių)	17- 1/215	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Traškos morkytės		80	0.80	0.16	6.96	32.48
Iš viso:			14.78	10.31	36.84	299.18

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojojantis)	1- 3/36AT	100	5.49	3.05	14.76	103.77
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kiaulienos ir daržovių troškinys (tausojojantis)	11- 5/140T	120	10.80	3.13	14.89	127.95
Pekino kopūstų, obuolių, ir agurkų salotos (augalinis)	2-1/7A 2	90	0.92	4.74	4.79	65.49
Pomidorai		50	0.50	0.20	2.90	13.50
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.19	11.44	45.90	353.75

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės(9%) apkepas su sorų kruopomis(tausojantis)	7- 8/162T 1	100	13.88	9.56	20.46	223.39
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Kepti orkaitėje vaisiai (obuoliai, kriaušės) su sezamo sėklomis	15- 8/161AT 2	60	0.60	1.46	11.19	60.27
Nesaldinta arbata (ramunėlių)	17-1/2 3	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.19	11.39	32.32	292.56
Iš viso (dienos davinio):			49,16	33.14	115.06	945.49





LOPŠELIO

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių perlinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojančios)	3-3/35T 1	150	3.28	3.08	25.07	141.10
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške (9%) ir obuoliais	16-8/160 1	50(20/20/10)	4.83	2.74	12.61	94.44
Nesaldinta arbata	17-1/2	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Iš viso:			8.39	6.10	46.78	275.58

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių sr. su bulvėmis, kopūstais ir morkomis(augalinis)	1-3/34AT 1	100	2.89	1.24	12.40	72.29
Nesaldintas jogurtas	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Kepti garais jautienos kukulaičiai (tausojančios)	12-7/141T 1	60	12.15	7.95	2.10	128.58
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis)(tausojančios)	4-5/105AT 1	50	2.77	1.68	15.48	88.08
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginami agurkai)	18/22 1	50	0.40	0.10	1.15	7.10
Kopūstų, agurkų, pomidorų salotos su graikinių riešutų aliejumi (augalinis)	2-1/8A	90	0.75	4.19	3.88	56.42
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.36	15.28	35.23	355.43

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliu	3-6/120 2	120	7.48	10.38	32.72	254.20
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Sezoniniai, vaisiai, daržovės, uogos	18/20 1	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Nesaldinta arbata (mėtų)	17-1/2 5	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.43	10.99	41.19	297.42
Iš viso (dienos davinių):			36.18	32.37	123.20	928.43





LOPŠELIO

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su sviestu (82%)	3-3/36AT	150	3.80	3.26	41.13	209.02
Pienas (2,5%)	18/3 1	50	1.70	1.25	2.45	27.85
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 6	110	0.44	0.44	14.30	62.92
Nesaldinta arbata	17-1/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			5.94	4.95	57.88	299.79

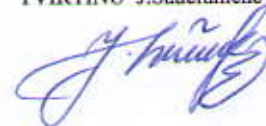
Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT 1	150	2.32	3.37	16.11	104.02
Kepta su garais riebi (lašiša, skumbriė, šamas) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/145T	50	11.91	15.85	0.35	191.68
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT 2	60	1.24	0.06	11.31	50.74
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A 1	75	1.11	1.94	7.85	53.29
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			16.58	21.22	35.62	399.73

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9%) su kukurūzų kruopomis (tausojantis)	7-8/160T 1	90	17.90	12.01	16.83	244.95
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Nesaldinta arbata (ramunėlių)	17-1/2 3	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 3	80	0.32	0.32	10.40	45.76
Iš viso:			18.92	12.70	27.40	299.61
Iš viso (dienos davinio):			41.44	38.86	120.90	999.12





LOPŠELIO

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas su razinomis (tausojantis)	7-8/168T	100	9.58	4.88	20.06	163.35
Varškė (9%) su kefyru (2,5%) ir trintais vaisiais /uogomis	15-1/2 1	30/15/5	5.35	3.10	4.08	65.57
Nesaldinta arbata (pankolių)	17-1/2 7	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai uogos, daržovės	18/20 6	110	0.44	0.44	14.30	62.92
Iš viso:			15.37	8.42	38.44	291.84

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, morkomis ir cukinija(augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 1	150	4.89	4.18	19.67	135.87
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kepti orkaitėje kalakutienos filė maltinukas su varške (9%) ir cukinija (tausojantis)	10-8/161T 2	100	17.69	2.55	3.44	107.48
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 1	70	2.09	1.78	16.03	88.53
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/14 3	100	1.58	0.66	2.74	23.22
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			27.96	9.62	50.66	401.11

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas(tausojantis)	8-8/162T	110	12.53	12.44	11.09	206.42
Švieži pomidorai, apšlakstyti graikinių riešutų aliejumi	18/23 1	55	0.50	5.08	2.05	55.88
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti)	18/22 1	50	0.40	0.10	1.15	7.10
Nesaldinta arbata (melisų)	17-1/2 13	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.43	17.62	14.29	269.40
Iš viso (dienos davinio):			56.76	35.66	103.39	962.35





LOPŠELIO

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	
Viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6-3/60T	140	6.80	5.30	37.90	200.93
Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 1	10	2.88	2.80	0.01	36.76
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Nesaldinta arbata (erškėtrožių)	17-1/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.04	6.46	49.61	289.17

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/21AT 1	100	1.81	4.26	9.70	84.36
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (maltinis) (tausojantis)	11-5/102T	75	13.30	7.69	3.53	136.57
Biri žalių grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/50T	50	2.97	1.94	16.18	94.10
Švieži pomidorai	18/23	50	0.50	0.10	2.05	11.10
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	4-3/69AT	40	0.60	2.44	3.57	38.62
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			20.89	16.88	43.82	410.75

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti pikantiški bulvinukai (tausojantis)	4-8/160T	80	9.75	6.35	19.77	175.19
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Nesaldinta arbata (melisų)	17-1/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.97	7.24	37.35	258.45
Iš viso (dienos davinio):			41.90	30.58	130.78	958.37





LOPŠELIO

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kr.košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/40T 1	150	5.86	3.85	27.62	168.56
Džiovinotos spanguolės	18/100	15	0.05	0.02	12.90	51.92
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Nesaldinta arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			6.39	4.35	40.52	289.12

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24A	150	3.84	3.29	14.85	104.34
Vištienos kukuliai su morkomis (tausojantis)	10- 3/61T	70	14.07	2.12	1.33	80.44
Keptos bulvės su apelsinų sultimis (augalinis) (tausojantis)	4- 8/163AT	100	2.35	5.23	21.34	141.82
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/14 3	100	1.58	0.66	2.74	23.22
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.84	11.30	40.26	349.82

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo kvietinių miltų blynai	6-6/102	130	10.14	6.85	35.55	251.95
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Nesaldinta arbata (pankolių)	17-1/2 7	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Iš viso:			11.13	7.51	45.33	300.89
Iš viso (dienos davinio):			39.36	23.16	126.11	939.83





LOPŠELIO

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	3-3/55A	100	4.14	3.50	20.25	129.08
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	16-1/11	25/5/20	5.91	7.13	11.46	133.63
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/201	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Nesaldinta arbata (čiobrelių)	17-1/215	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.29	10.87	39.51	297.03

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40T1	150	2.10	4.82	17.28	120.89
Viso grūdo ruginė duona	18/702	30	2.22	0.48	12.84	64.56
Kepta su garais žuvis (menkė) (tausojantis)	9-7/140T	80	12.55	0.28	1.15	57.30
Žiedinių kopūstų ir ryžių troškinys su grietine (10%) (tausojantis)	4-5/107T	100	3.16	1.79	24.89	128.25
Morkų ir obuolių salotos	-----	100	1.71	0.72	8.75	48.30
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.73	8.09	64.90	419.30

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais	6-6/102	100	6.6	8.8	20.2	223.67
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/22	10	0.47	0.25	0.45	5.93
Raugintų pasukų(0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/618/20	100	2.59	0.33	7.48	43.23
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	1	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Iš viso:			9.90	9.62	35.93	307.15
Iš viso (dienos davinio):			41.92	28.58	140.34	1023.48





LOPŠELIO

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri žalių grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/50T 4	100	5.94	3.89	32.16	188.20
Trinta varškė (9%) su braškėmis	15-1/8 1	30/10	4.89	2.74	3.21	58.27
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Nesaldinta arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.19	6.99	47.07	297.95

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis)	1- 3/41AT	150	1.91	4.75	11.38	95.88
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Ryžių kruopų troškiny su vištienos filė (tausojantis)	10- 5/111T	100	12.58	5.80	15.43	164.56
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60A	70	2.43	5.08	9.21	92.20
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			18.64	16.07	44.80	398.65

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių kukuliai su viso grūdo spelta miltais ir ciberžole (augalinis) (tausojantis)	4- 3/63AT	100	3.49	0.18	30.73	139.75
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Kepti vaisiai su sezamo sėklomis (augalinis) (tausojantis)	15- 8/161AT	50	0.50	1.22	9.32	50.23
Viso grūdo duona su sviestu (82%) ir pomidoru	16-1/3 1	25/5/10	1.98	4.55	11.93	93.51
Nesaldinta arbata	17	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			6.68	6.33	50.66	292.39
Iš viso (dienos davinio):			36.51	29.39	142.53	988.99





LOPŠELIO

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių kruopų košė su obuolių, cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/39T 1	100	3.22	2.40	16.72	101.34
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu (45%) sūriu	16-1/4 1	25/5/20	6.09	10.13	11.14	160.07
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Nesaldinta arbata (melisų)	17-1/	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.55	12.77	35.66	295.73

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sr. (augalinis)(tausojantis)	1-3/29AT	150	1.07	1.72	9.05	55.93
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kepti kiaulienos kukuliai su burokėliais(tausojantis)	11-8/161T	60	9.78	4.40	4.36	96.20
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	4-3//64 T	75	1.61	1.72	15.78	81.26
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su graikinių riešutų aliejumi (augalinis)	2-1/5A 1	70	0.64	5.67	4.25	70.62
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			14.82	13.96	42.23	350.02

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo kvietinių miltų skryliai		100	6.32	3.15	36.88	189.73
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	15	0.71	3.76	0.68	8.89
Nesaldinta arbata (pankolių)	17-1/2 7	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Grūdėta varškė (7%)	18/1 1	70	8.40	4.90	1.89	85.26
Iš viso:			15.43	11.81	39.45	283.88
Iš viso (dienos davinio):			39.80	38.54	117.34	929.63





LOPŠELIO

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/40T	150	5.86	3.85	27.62	168.56
Vaisių (bananai, apelsinai, persikai, kivi) salotos (augalinis)	15-1/7A	100	1.95	3.55	19.34	117.96
Nesaldinta arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.81	7.40	46.96	286.51

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38AT	150	3.73	5.10	20.73	143.79
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	10	0.47	0.25	0.45	5.93
Žemaičių blynai su lęšių įdaru (augalinis) (tausojantis)	5-8/161AT	80	4.20	1.93	23.06	126.41
Jogurtinis padažas (jogurtas (2,5%) su žalumynais)	14-1/2 1	15	0.67	1.83	1.22	24.02
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su graikinių riešutų aliejumi	2-1/17A 2	90	0.80	6.40	5.58	83.08
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.87	15.50	51.05	383.230

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	7-8/169T	110	13.75	9.42	22.90	231.36
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Žaliasis kokteilis (bananai, obuoliai, kiviai, špinatai) (augalinis)	15-1/5A 1	120	0.73	0.33	12.13	54.38
Iš viso:			15.19	10.12	35.70	294.63
Iš viso (dienos davinio):			32.87	33.03	133.91	964.38





LOPŠELIO

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	
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 4	150	4.49	3.82	34.35	189.70
Kefyras (2,5%)	18/4 2	70	2.38	1.75	3.43	38.99
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Iš viso:			7.35	6.05	53.38	297.33

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT	100	5.65	2.89	15.82	111.84
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo duona	18/70	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis)	10-5/102T 1	100(55/45)	14.91	4.92	9.37	141.42
Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT 1	50	1.00	2.26	10.31	65.59
Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A 1	50	0.53	1.10	3.36	25.42
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			23.81	11.61	47.65	390.28

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9%)	7-3/60T	80	9.26	4.31	22.86	161.17
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	15	0.71	0.58	0.68	8.90
Sezoniniai, vaisiai, uogos, daržovės	18/20 4	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Nesaldinta arbata (čiobrelų)	17-1/2 15	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.58	5.25	35.24	221.55
Iš viso (dienos davinio):			46.74	22.91	136.27	909.19



**VALSTYBINĖS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBOS
ANYKŠČIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA**

VALGIARAŠČIO VERTINIMO PAŽYMA

2018 m. spalio 17 d. Nr. VVP- 7625

**Anykščių vaikų lopšelio – darželio „EGLUTĖ“ ikimokyklinio amžiaus grupė, 15 dienų
valgiaraštis, Statybininkų g. 3, Anykščiai**

(vaikų ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos arba vaikų poilsio stovyklos pavadinimas, adresas)

Anykščių lopšelis – darželis „EGLUTĖ“, Statybininkų g. 3, Anykščiai

(valgiaraštį teikiančios derinti įmonės arba įstaigos pavadinimas, adresas)

4-7 m.

Ivertintas _____ vaikų amžiaus grupės

(1-3 m.; 4-7 m.; 6-10 m.; 11 m. ir vyresni ir kt.) (rašyti tinkamą)

pusryčių / priešpiečių / pietų / ~~pavakarių~~ / vakarienės valgiaraštis.

(nereikalingą išbraukti)

Nustatyta: Valgiaraštis atitinka Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos direktoriaus 2015 m. birželio 22 d. įsakymo Nr. B1-610 „Dėl Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo patvirtinimo“, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo Nr. V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ teisės aktų reikalavimus.

Vertinimo išvada: suderinta / nesuderinta

(nereikalingą išbraukti)

Vertinimą atliko:

Viršininkas – valstybinis
veterinarijos inspektorius


(parašas)

Dainius Žiogelis

(vardas ir pavardė)

Vyriausiasis specialistas – maisto
produktų inspektorius


(parašas)

Jonas Mėginis

(vertinimą atlikusio asmens pareigos)

(parašas)

(vardas ir pavardė)

Anykščių vaikų lopšelis-darželis „Eglutė“

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

DIENŲ VALGIARAŠTIS

15 dienų

(nurodyti dienų skaičių)

4-7 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7:00 iki 17:30 val.

DARŽELIO

4-7 metų

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/30T 2	200	5.62	3.21	37.15	199.95
Grūdėta varškė (7%)	18/1	80	9.60	5.60	2.16	97.44
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Nesaldinta arbata (ramunėlių)	17-1/2 3	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.70	9.29	54.91	366.03

Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	1- 3/25AT	150	3.01	3.46	24.20	139.99
Keptas orkaitėje žuvis (jūros lydekos) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163 T 2	75	13.15	3.44	1.53	89.68
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64T	90	1.55	2.55	18.02	99.69
Pekino kopūstų, porų, pomidorų salotos su graikiškų riešutų aliejumi	2-1/6A 6	150	1.79	7.85	5.62	100.28
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.50	17.30	49.37	429.63

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir kietuoju sūriu 45% (tausojantis)	6- 5/101T	120	6.58	7.20	27.15	199.74
Avižiniai sausainiai su morkomis ir bananais	16- 8/166 4	70	3.87	2.15	22.67	125.53
Arbata	17-1/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	80	0.32	0.32	10.40	45.76
Iš viso:			10.77	9.67	54.05	372.29
Iš viso (dienos davinio):			45.97	36.26	164.50	1166.69



DARŽELIO

4-7 metų

I savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų košė su sėlenėlėmis ir sviestu(82%)	3-3/47T	200	8.29	4.66	35.86	218.51
Linų sėmenys (malti)	18/50	10	2.34	3.10	3.40	50.86
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 11	160	0.64	0.64	20.80	91.52
Nesaldinta arbata (pankolių)	17-1/2 7	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.99	5.64	48.10	275.11

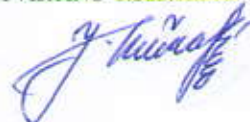
Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1- 3/39AT 1	150	1.43	3.14	10.68	76.72
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	10	0.47	0.25	0.45	5.93
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Jautienos troškiny su moliūgais (tausojantis) (maltinis)	12- 5/100T	120 (75/45)	21.11	13.25	5.14	224.29
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 3	110	1.41	10.72	6.17	126.75
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			27.38	28.00	39.56	519.78

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai		150	8.15	5.03	49.90	263.98
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2	15	0.47	0.25	0.45	5.93
Nesaldinta arbata (ramunėlių)	17-1/2 3	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	80	0.32	0.32	10.20	45.76
Iš viso:			8.94	5.60	60.55	315.67
Iš viso (dienos davinio):			44.31	39.24	148.21	1110.56





DARŽELIO

1 savaitė
Trečiadienis4-7 metų
Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu, graikinių riešutų aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/31AT 2	200	5.72	7.83	33.01	225.35
Nesaldintas jogurtas(2,5%) su sezoniniais vaisiais ir razinomis	15-1/9 2	100 (60/40)	3.32	1.67	16.68	95.05
Kefyras		100	3.30	0.50	4.10	34.00
Nesaldinta arbata(juodoji)	17-1/2	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			12.34	10.00	53.79	354.40

Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta žirnių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/30AT 1	150	4.23	3.33	18.47	120.74
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2.22	0.48	12.84	64.56
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškiny (tausojantis)	10-5/101T 1	140 (50/90)	15.05	6.66	16.18	184.86
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintu agurku (augalinis)	2-3/61A 5	130	2.45	9.27	11.47	139.14
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			24.15	19.87	59.18	512.27

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (9%) su viso grūdo kvietiniais miltais (tausojantis)	7-8/166T	110	16.55	7.69	26.72	235.37
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/2 4	20	0.94	0.53	0.93	11.90
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 6	110	0.44	0.44	14.30	62.92
Nesaldinta arbata(melisy)	17-1/2 13	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			17.93	8.66	41.95	310.19
Iš viso (dienos davinio):			54.42	38.53	154.92	1176.86





DARŽELIO

1 savaitė
Ketvirtadienis

4-7 metų

Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu(2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/40T 2	200	7.86	5.10	36.83	224.74
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru.	16-1/3 1	25/5/10	1.99	4.55	11.15	93.51
Nesaldinta arbata (juodoji)	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Iš viso:			10.13	9.93	57.08	358.29

Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT 1	150	1.88	3.27	13.17	89.62
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis(tausojantis)	10-7/143T 3	90	23.81	9.29	5.23	199.77
Virtos bulvės (augalinis)(tausojantis)	4-3/65 AT 4	80	1.65	0.080	15.08	67.65
Keptos su garais šakninės daržovės su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis)	4-7/142 AT 3	70	2.23	3.29	9.00	74.52
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai)	18/22 2	60	0.48	0.12	1.38	8.52
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			30.05	16.05	43.86	440.08

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai(varškė 9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T 4	120	15.51	7.51	28.83	244.99
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Tarkuotos morkos su obuoliais, smulkintais migdolų riešutais, citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A 3	120	1.43	1.21	18.99	92.61
Nesaldinta arbata (erškėtrožių)	17-1/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			17.65	9.10	48.50	346.50
Iš viso (dienos davinio):			57.83	35.05	149.44	1144.87



DARŽELIO

I savaitė
Penktadienis4-7 metų
Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	3-3/34AT	100	2.83	1.90	14.53	86.46
Virtas kiaušinis (tausojantis)	8-3/60T 1	50	6.15	5.85	0.35	78.65
Viso grūdo duona su saulėgrąžomis	18/7 2	40	6.66	3.20	20.00	135.46
Nesaldinta arbata (čiobrelių)	17-1/215	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Pienas, traškos morkytės		90/80	2.52/0.80	2.25/0.16	4.23/6.96	47.7/32.48
Iš viso:			18.96	13.36	46.07	380.75

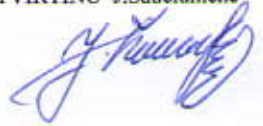
Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT	150	8.48	4.33	21.72	167.77
Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2.22	0.48	12.84	64.56
Kiaulienos ir daržovių troškinys (tausojantis)	11-5/140T	120	10.80	3.13	14.89	127.95
Pekino kopūstų, obuolių, ir agurkų salotos (augalinis)	2-1/7A 5	120	1.22	6.32	6.39	87.32
Pomidorai		50	0.50	0.20	2.90	13.50
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			23.22	14.46	58.74	461.10

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės(9%) apkepęs su sorų kruopomis(tausojantis)	7-8/162T 2	120	16.66	11.47	24.55	268.06
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Kepti orkaitėje vaisiai (obuoliai, kriaušės) su sezamo sėklomis	15-8/161AT 4	80	0.80	1.95	14.91	80.36
Nesaldinta arbata (ramunėlių)	17-1/2 3	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			18.16	13.79	40.14	357.32
Iš viso (dienos davinio):			60.34	41.61	144.95	1199.17





DARŽELIO

4-7 metų

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių perlinių kruopų košė su sviestu(82%) (tausojančios)	3-3/35T 2	200	4.38	4.10	33.42	188.13
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške(9%) ir obuoliais	16-8/160 1	50(20/20/10)	4.83	2.74	12.61	94.44
Pienas		90	2.52	2.25	4.23	47.7
Nesaldinta arbata	17-1/2	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Iš viso:			12,01	9,37	59,36	370,31

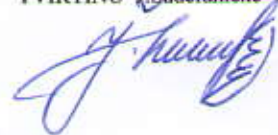
Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis)	1-3/34AT 1	100	2.89	1.24	12.40	72.29
Nesaldintas jogurtas	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Kepti garais jautienos kukulaičiai (tausojančios)	12-7/141T 2	80	16.21	10.60	2.80	171.44
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis)(tausojančios)	4-5/105AT 3	75	4.16	2.51	23.22	132.12
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai)	18/22 5	100	0.80	0.20	2.30	14.20
Kopūstų, agurkų, pomidorų salotos su graikiškų riešutų aliejumi (augalinis)	2-1/8A	90	0.75	4.19	3.88	56.42
Vanduo	17-100	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			25,05	18,87	44,83	449,44

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliu	3-6/120 4	150	9.35	12.97	40.90	317.75
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Sezoniniai, vaisiai, uogos, daržovės	18/20 1	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Nesaldinta arbata (mėtų)	17-1/2 5	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10,30	13,59	49,37	360,97
Iš viso (dienos davinio):			47,36	41,83	153,56	1180,72





DARŽELIO

2 savaitė
Antradienis4-7 metų
Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų .košė su sviestu (82%)	3-3/36AT	200	5.07	4.34	54.84	278.69
Pienas (2,5%)	18/3 2	60	2.04	1.50	2.94	33.42
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta arbata	17-1/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.51	6.24	70.78	369.31

Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT 1	150	2.32	3.37	16.11	104.02
Kepta su garais riebi (lašiša, skumbė, šamas) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/145T 4	90	15.32	20.38	0.44	246.45
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT 4	80	1.65	0.08	15.08	67.65
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A 4	110	1.92	3.36	13.61	92.37
Vanduo	17-100	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.21	27.19	45.25	510.49

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9%) su kukurūzų kruopomis (tausojantis)	7-8/160T 2	110	21.88	14.67	19.96	299.38
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Nesaldinta arbata (ramunėlių)	17-1/2 3	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 4	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Iš viso:			22.94	15.41	32.33	359.76
Iš viso (dienos davinio):			51.66	48.84	148.35	1239.56





2 savaitė
Trečiadienis

DARŽELIO
4-7 metų

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas su razinomis (tausojantis)	7-8/168T	140	12.80	7.50	24.60	212.18
Varškė(9%) su kefyru (2,5%) ir trintais vaisiais /uogomis	15-1/2 2	30/20/5	6.32	3.67	4.50	76.30
Nesaldinta arbata (pankolių)	17-1/2 7	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai uogos, daržovės	18/20 7	110	0.44	0.44	14.30	62.92
Iš viso:			19.56	11.61	43.40	351.40

Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 1	150	4.89	4.18	19.67	135.87
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	10	0.47	0.25	0.45	5.93
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kepti orkaitėje kalakutienos filė maltinukas su varške (9%) ir cukinija (tausojantis)	10-8/161T 2	110	19.45	2.81	3.78	118.23
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis)(tausojantis)	3-5/105AT 1	70	2.09	1.78	16.03	88.53
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/14 6	140	2.21	0.92	3.84	32.51
Vanduo	17-100	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			30.59	10.26	52.33	424.11

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas(tausojantis)	8-8/162T 3	130	14.81	14.70	13.11	243.95
Švieži pomidorai apšlakstyti graikinių riešutų aliejumi	18/23 2	60	0.60	5.10	2.46	58.10
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti)	18/22 2	60	0.48	0.12	1.38	8.52
Nesaldinta arbata (melisų)	17-1/2 13	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.89	19.92	16.95	310.57
Iš viso (dienos davinio):			66.04	41.79	112.68	1086.08





2 savaitė
Ketvirtadienis

DARŽELIO
4-7 metų

Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6-3/60T	160	8.00	5.26	38.31	241.52
Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 1	10	2.88	2.80	0.01	36.76
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta arbata (erškėtrožių)	17-1/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.28	8.46	51.32	335.48

Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/21AT 2	150	2.71	6.39	14.55	126.53
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70	30	2.22	0.48	12.84	64.56
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (maltinis) (tausojantis)	11-5/102T	90(60/30)	15.96	9.23	4.24	163.88
Biri žalių grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/50T	50	2.97	1.94	16.18	94.10
Švieži pomidorai	18/23	50	0.50	0.10	2.05	11.10
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	4-3/69AT	50	0.75	3.05	4.47	48.28
Vanduo	17-100	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			25.35	21.32	54.56	511.42

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti pikantiški bulvinukai (tausojantis)	4-8/160T	140	17.06	11.11	34.60	306.59
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Nesaldinta arbata (melisų)	17-1/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			18.29	12.01	52.18	389.85
Iš viso (dienos davinio):			54.92	41.79	158.06	1236.75





DARŽELIO

2 savaitė
Penktadienis4-7 metų
Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/40T 1	200	7.72	5.26	37.03	223.38
Džiovinotos spanguolės	18/100	15	0.05	0.02	12.90	51.92
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Nesaldinta arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.25	5.76	65.53	343.94

Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24A	150	3.84	3.29	14.85	104.34
Vištienos kukuliai su morkomis (tausojantis)	10-3/61T	80	14.34	5.89	2.89	157.93
Keptos bulvės su apelsinų sultimis (augalinis) (tausojantis)	4-8/163AT	110	2.59	5.75	23.48	156.00
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/14 3	145	1.58	0.66	2.74	23.22
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			22.35	15.59	43.96	441.49

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo kvietinių miltų blynai	6-6/102	160	8.97	14.92	43.56	333.83
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Nesaldinta arbata (pankolių)	17-1/2 7	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Iš viso:			9.98	15.58	53.34	382.77
Iš viso (dienos davinio):			40.58	36.93	162.83	1168.20





DARŽELIO

3 savaitė
Pirmadienis4-7 metų
Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	3-3/55A	150	6.21	5.25	30.38	193.62
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	16-1/11	25/5/20	5.91	7.13	11.46	133.63
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/203	80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta arbata (čiobrelių)	17-1/215	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			12.44	12.70	52.24	373.01

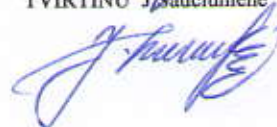
Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40T1	150	2.10	4.82	17.28	120.89
Viso grūdo ruginė duona	18/703	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Kepta su garais žuvis (menkė) (tausojantis)	9-7/140T	80	12.55	0.28	1.15	57.30
Žiedinių kopūstų ir ryžių troškiny su grietine (10%) (tausojantis)	4-5/107T	125	3.95	2.23	31.11	160.31
Morkų ir obuolių salotos	1/12	150	2.57	1.08	13.12	72.45
Vanduo	17-100	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			24.13	9.05	79.78	497.03

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais	6-6/102	130	7.43	12.11	35.84	273.55
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/24	20	0.94	0.50	0.90	11.86
Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/618/20	120	3.11	0.39	8.97	51.87
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	1	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Iš viso:			11.72	13.24	53.51	371.57
Iš viso (dienos davinio):			48.29	34.99	185.53	1241.61





DARŽELIO

3 savaitė
Antradienis

4-7 metų

Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri žalių grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/50T 4	110	6.54	4.28	35.60	207.02
Trinta varškė (9%) su kefyru (2,5%) ir braškėmis	15-1/2 2	35/20/5	6.32	3.67	4.50	76.30
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Nesaldinta arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.22	8.31	51.79	334.80

Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis)	1- 3/41AT	150	1.91	4.75	11.38	95.88
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Ryžių kruopų troškiny su vištienos filė (tausojantis)	10- 5/111T	140(85/55)	18.76	8.36	20.55	232.51
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60A	100	3.46	7.25	13.15	131.71
Vanduo	17-100	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			25.85	20.81	53.86	506.11

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių kukuliai su viso grūdo spelta miltais ir ciberžole (augalinis) (tausojantis)	4- 3/63AT	120	3.75	0.27	37.32	161.01
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Kepti vaisiai su sezamo sėklomis (augalinis) (tausojantis)	15- 8/161AT	80	0.80	1.95	14.91	80.36
Viso grūdo duona su sviestu (82%) ir pomidoru	16-1/3 1	25/5/10	1.98	4.55	11.93	93.51
Nesaldinta arbata	17	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.24	7.15	64.84	343.78
Iš viso (dienos davinio):			46.31	36.27	170.49	1184.69





DARŽELIO

3 savaitė
Trečiadienis

4-7 metų

Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių kruopų košė su obuolių, cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/39T 1	100	3.22	2.40	16.72	101.34
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu (45%) sūriu.	16-1/4 1	25/5/20	6.09	10.13	11.14	160.07
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Nesaldinta arbata (melisų)	17-1/	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.55	12.77	35.66	295.73

Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgščių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/29AT	200	1.43	2.27	12.06	74.00
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70	30	2.20	0.50	12.80	64.60
Kepti kiaulienos kukuliai su burokėliais (tausojantis)	11-8/161T	80	20.00	10.00	9.70	208.60
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	4-3//64 T	75	1.61	1.72	15.78	81.26
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su graikinių riešutų aliejumi (augalinis)	2-1/5A 1	70	0.64	5.67	4.25	70.62
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			26.12	20.29	54.82	502.05

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo kvietinių miltų skryliai		100	6.32	3.15	36.88	189.73
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	15	0.71	3.76	0.68	8.89
Nesaldinta arbata (pankolių)	17-1/2 7	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Grūdėta varškė (7%)	18/1 1	70	8.40	4.90	1.89	85.26
Iš viso:			15.43	11.81	39.45	283.88
Iš viso (dienos davinio):			51.10	44.87	129.93	1081.66





DARŽELIO

3 savaitė
Ketvirtadienis

4-7 metų

Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%)(tausojojantis)	3-3/40T	150	5.86	3.85	27.62	168.56
Vaisių (bananai, apelsinai, persikai, kivi) salotos (augalinis)	15-1/7A	100	1.95	3.55	19.34	117.96
Nesaldinta arbata	17-1/211	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.81	7.40	46.96	286.51

Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojojantis)	1-3/38AT	200	5.00	6.80	27.60	191.70
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	10	0.47	0.25	0.45	5.93
Žemaičių blynai su lęšių įdaru (augalinis)(tausojojantis)	5-8/161AT	80	4.20	1.93	23.06	126.41
Jogurtinis padažas (jogurtas(2,5%) su žalumynais	14-1/2 1	15	0.67	1.83	1.22	24.02
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su graikinių riešutų aliejumi	2-1/17A 2	90	0.80	6.40	5.58	83.08
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.14	17.21	57.91	431.14

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas (tausojojantis)	7-8/169T	110	13.75	9.42	22.90	231.36
Nesaldintas jogurtas(2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Žaliasis kokteilis (bananai, obuoliai, kiviai, špinatai)(augalinis)	15-1/5A 1	120	0.73	0.33	12.13	54.38
Iš viso:			15.19	10.12	35.70	294.63
Iš viso (dienos davinio):			34.14	34.73	140.57	1012.28



DARŽELIO

3 savaitė
Penktadienis

4-7 metų

Pusryčiai 8:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 4	150	4.49	3.82	34.35	189.70
Kefyras (2,5%)	18/4 2	70	2.38	1.75	3.43	38.99
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Iš viso:			7.35	6.05	53.38	297.33

Pietūs 12:15 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT	200	10.40	5.90	33.20	231.20
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo duona	18/70	30	2.2	0.50	12.80	64.60
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis)	10-5/102T 1	100(55/45)	14.91	4.92	9.37	141.42
Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT 1	50	1.00	2.26	10.31	65.59
Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A 1	50	0.53	1.10	3.36	25.42
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			29.28	14.81	69.27	531.20

Vakarienė 15:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9%)	7-3/60T	80	9.26	4.31	22.86	161.17
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	15	0.71	0.58	0.68	8.90
Sezoniniai, vaisiai, uogos, daržovės	18/20 4	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Nesaldinta arbata (čiobrelų)	17-1/2 15	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.58	5.25	35.24	221.55
Iš viso (dienos davinio):			52.21	26.11	157.89	1050.08

