

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

Kauno vaikų lopšelis- darželis „Ežiukas“

A. Mapu g. 12, LT-44284 Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 metų

Įstaigos darbo laikas
7:00 - 19:00



Kauno
darželio-lopšelio "EŽUKAS"
Direktorė

Irma Žilinskienė

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

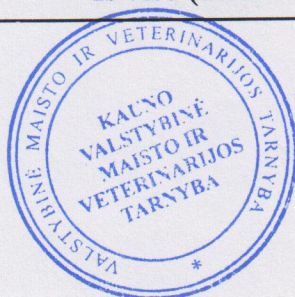
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	22	100	2,06	2,99	14,20	91,95
Pilnagrūdė ruginė duona	1596	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Varškės, sviesto ir česnakų užtepėlė	799	25	2,35	10,15	0,52	102,88
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną - Kiviai	566	100	0,90	0,40	14,80	66,40
Iš viso:			7,13	14,37	38,81	313,14

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	19	100	2,63	3,42	12,06	89,56
Pilnagrūdė ruginė duona	1596	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Vištienos krūtinėlės kotletas (tausojantis)	89	80	13,69	8,96	5,18	156,11
Biri perlinių kruopų košė	1362	60	2,03	1,74	16,07	88,09
Morkų ir kukurūzų salotos su alyvuogių aliejumi	377	70	1,02	1,98	8,80	57,09
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			21,26	16,93	51,98	445,40

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai be įdaro	27	100	7,76	10,63	37,21	275,54
Trintos uogos su cukrumi	23	30	0,15	0,09	2,68	12,13
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			7,91	10,73	39,90	287,80
Iš viso (dienos davinio):			36,30	42,03	130,69	1046,34



Kauno
darželio-lopšelio "EŽIUKAS"
Direktorė

Irma Žilinskienė

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

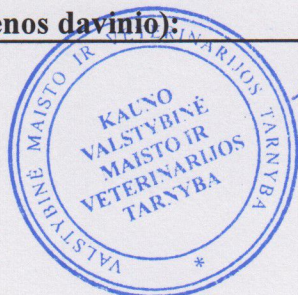
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	76	100	2,64	3,20	15,62	101,78
Pilnagrūdė ruginė duona su sviestu ir virta dešra	643	40	3,18	9,90	9,70	140,63
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną - Bananai	196	70	0,70	0,28	16,38	70,84
Iš viso:			6,52	13,39	41,71	313,38

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis)	4212	100	2,28	4,57	14,31	107,44
Pilnagrūdė ruginė duona	1596	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Karališki balandėliai su kiaulienos kumpio mėsa (tausojantis)	108	50/40	12,43	7,78	5,66	142,35
Bulvių košė	94	60	1,83	2,2	13,37	80,62
Daržovės pagal sezoną - Agurkai	71	70	0,49	0,00	1,96	9,80
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			18,92	15,39	45,17	394,76

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Užkeptas sumuštinis su varške ir obuoliais (tausojantis)	185	80	8,12	10,03	26,45	228,54
Morkų lazdelės	190	50	0,50	0,05	5,20	23,25
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			8,62	10,09	31,66	251,92
Iš viso (dienos davinio):			34,06	38,87	118,57	960,06



Kauno darželio-lopšelio "EŽIUKAS"
Direktorė

Irma Žilinskienė

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

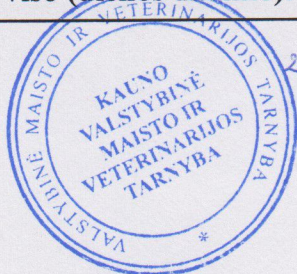
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	196	150	4,15	3,96	23,53	146,37
Pilnagrūdė ruginė duona su sviestu	802	30	1,87	8,20	9,35	118,67
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną - Kriaušės	362	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Iš viso:			6,25	12,49	44,97	317,33

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis)	272	100	3,09	627	12,46	118,61
Pilnagrūdė ruginė duona	1596	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Bulvių plokštainis su vištienos blauzdelių mėsa	267	50/50	10,22	7,98	24,74	211,69
Natūralus jogurtas	225	15	0,56	0,45	0,77	9,33
Morkų lazdelės	190	55	0,55	0,06	5,72	25,58
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			16,30	16,60	53,56	419,76

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškintos daržovės (žirnėliai) su mėsa (kiaulienos mentė) (tausojantis)	288	80/60	7,20	11,12	12,60	179,31
Pilnagrūdė ruginė duona	146	30	2,73	1,23	13,92	77,67
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			9,98	12,36	26,53	257,11
Iš viso (dienos davinio):			32,53	41,45	125,06	994,20



2018-12-14
Nr. VVP-863F



Kauno darželio-lopšelio "EŽIUKAS" Direktorė

Irma Žilinskienė

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su sėlenomis ir cinamonu (su pienu) (tausojantis)	205	150	5,00	7,92	29,66	209,88
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną - Bananai	360	100	1,00	0,40	23,40	101,20
Iš viso:			6,00	8,33	53,07	311,21

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių (brokolis, morka) sriuba (augalinis) (tausojantis)	264	100	1,89	4,16	12,78	96,14
Pilnagrūdė ruginė duona	146	30	2,73	1,23	13,92	77,67
Kiaulienos kumpio ir grikių troškinys (tausojantis)	290	60/70	11,44	8,00	16,32	183,05
Daržovės pagal sezoną – Pomidorai	107	60	0,60	0,24	3,48	18,48
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			16,73	13,65	47,09	378,11

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kietųjų kviečių makaronai (tausojantis)	109	100	6,76	3,08	26,12	159,22
Daržovių (morka, pomidorai) ir fermentinio sūrio padažas	89	50	6,10	9,82	5,18	133,52
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			12,86	12,91	31,31	292,87
Iš viso (dienos davinio):			35,59	34,89	131,47	982,19



Kauno darželio-lopšelio "EŽIUKAS" Direktorė
[Signature]
 Irma Žilinskienė

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

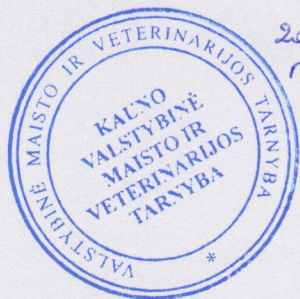
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su sviestu ir cinamonu (tausojantis)	199	100	1,69	5,83	15,38	120,71
Pilnagrūdė ruginė duona	1596	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Varškė išsukta su natūraliu jogurtu ir prieskoniais	1287	20	2,11	1,25	0,81	22,95
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Ūvaisiai pagal sezoną - Obuoliai	189	100	0,40	0,00	9,90	41,20
Iš viso:			6,02	7,91	35,37	236,77

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (morka, paprika) (augalinis) (tausojantis)	222	100	3,52	3,24	14,84	102,61
Pilnagrūdė ruginė duona	1596	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Jūros lydekos maltinukai (tausojantis)	16	80	14,69	8,92	4,15	155,60
Bulvių košė	94	60	1,83	2,20	13,37	80,62
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	121	70	0,92	2,79	5,50	50,77
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			22,75	17,99	46,74	439,76

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	356	150	3,96	3,43	23,43	140,38
Viso grūdo batonas su sviestu ir sūriu	355	40	5,42	9,20	13,51	158,48
Iš viso:			9,69	13,49	38,58	314,41
Iš viso (dienos davinio):			38,46	39,39	120,69	990,94



Kauno
darželio-lopšelis "EŽIUKAS"
Direktorė

Terma Žilinskienė

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

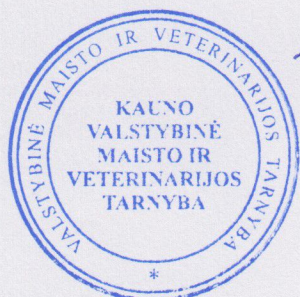
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė su morkomis (augalinis) (tausojantis)	1047	100	4,04	3,70	23,70	144,22
Pilnagrūdė ruginė duona su sviestu ir pomidoru	640	35	1,96	6,60	9,92	106,88
Arba be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną - Kriaušės	194	110	0,33	0,44	16,61	71,72
Iš viso:			6,33	10,75	50,24	322,95

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su mėsos kukulaičiais (tausojantis)	295	100	4,84	8,10	11,73	139,17
Plovas su jautiena (tausojantis)	131	70/70	15,61	7,37	24,45	226,56
Morkų salotos su česnakais ir alyvuogių aliejumi	137	70	0,44	2,32	4,35	40,02
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			20,96	17,80	41,12	408,52

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė su brokoliais (tausojantis)	1380	110	4,04	6,71	23,17	169,19
Daržovės pagal sezoną - Pomidorai	107	60	0,60	0,24	3,48	18,48
Kefyras 3,2 %rieb.	1925	150	4,80	4,80	6,15	87
Iš viso:			9,44	11,75	32,80	274,67
Iš viso (dienos davinio):			36,72	40,30	124,15	1006,15



2018-12-14
M.VVP-8636



Kauno darželio-lopšelio "EŽUKAS"
Direktorė

Terma Žilinskienė

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

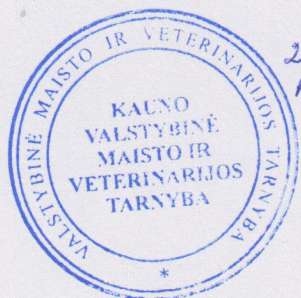
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	210	150	5,63	6,04	24,14	200,38
Natūralus jogurtas	225	15	0,56	0,45	0,77	9,33
Vaisiai pagal sezoną - Bananai	360	100	1,00	0,40	23,40	101,20
Arba be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			7,18	9,90	48,31	311,04

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių – perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	354	100	4,13	2,26	19,22	113,78
Vištienos krūtinėlės kepinukai (tausojantis)	18	80	17,30	9,82	4,34	174,94
Biri grikių košė	103	60	2,29	3,84	12,51	93,72
Kopūstų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejum	201	70	0,82	3,67	4,71	55,15
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			24,61	19,61	41,37	440,36

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	5	70	9,22	10,38	5,15	134,93
Pilnagrūdė ruginė duona su sviestu	802	30	1,86	6,56	15,34	103,80
Daržovės pagal sezoną – Raugintas agurkas	502	50	0,30	0,00	1,20	6,00
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			11,38	16,95	21,70	244,86
Iš viso (dienos davinio):			43,17	46,46	111,38	996,26



2018-12-14
M. WP-8636



Kauno darželio-lopšelio "EŽIUKAS" Direktorė

Irma Žilinskienė

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

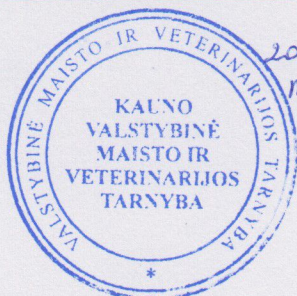
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kietgrūdžių kviečių makaronai (tausojantis)	109	100	6,01	2,92	23,22	143,18
Fermentinis sūris	165	15	3,71	3,78	0,33	50,16
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną - Kiviai	861	110	0,99	0,44	16,28	73,04
Iš viso:			11,58	7,44	42,75	284,23

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių (cukinija arba moliūgas) sriuba (augalinis) (tausojantis)	2847	100	1,80	4,11	15,69	106,96
Žuvies (skumbrė) kukulis (tausojantis)	459	80	13,80	15,41	6,75	220,84
Virtos bulvės	69	60	1,20	0,06	11,82	52,62
Pekino kopūstų, pomidorų ir kukurūzų salotos su alyvuogių aliejumi	1685	70	0,95	2,03	4,26	39,08
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			17,81	21,62	39,11	422,26

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis)	36	100	12,95	9,23	30,19	255,68
Saldus grietinės padažas su vanile	73	25	0,26	3,00	2,55	38,24
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			13,21	12,24	32,75	294,06
Iš viso (dienos davinio):			42,60	41,30	114,61	1000,54



Kauno darželio-lopšelio "EŽIUKAS"
Direktore

Irma Žilinskienė

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

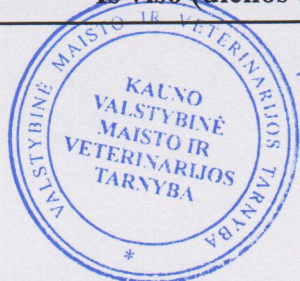
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė su daržovėmis ir alyv. aliejumi (augalinis) (tausojantis)	2814	100	2,45	3,88	13,83	100,02
Pilnagrūdė ruginė duona su sviestu	802	30	1,86	6,56	9,34	103,80
Vaisiai pagal sezoną - Bananai	196	70	0,70	0,28	16,38	70,84
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			5,30	10,85	46,58	305,15

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos sultinys su makaronais (tausojantis)	289	100	6,69	2,71	19,21	128,00
Džiuvėsėlis	155	20	2,34	2,06	10,60	70,30
Virtų bulvių cepelinai su varške (tausojantis)	212	50/50	7,91	3,24	33,25	193,83
Natūralus jogurtas	225	15	0,56	0,45	0,77	9,33
Morkų lazdelės	190	55	0,55	0,06	5,72	25,58
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			18,10	8,54	70,14	429,81

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškintos daržovės (morka, brokolis, cukinija) su avinžirniais ir dešrelėmis (tausojantis)	61	70/50	7,31	9,65	19,32	193,33
Pilnagrūdė ruginė duona	146	30	2,73	1,23	13,92	77,67
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			10,04	10,89	33,25	271,13
Iš viso (dienos davinio):			33,44	30,28	149,97	1006,09



Kauno darželio-lopšelio "EŽIUKAS" Direktorė

Irma Žilinskienė

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

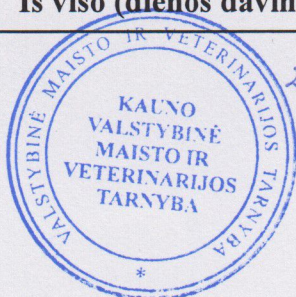
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su sviestu ir cinamonu (tausojantis)	199	100	1,69	5,83	15,38	120,71
Pilnagrūdė ruginė duona	1596	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Varškė išsukta su natūraliu jogurtu ir prieskoninėmis žolelėmis	1287	20	2,11	1,25	0,81	22,95
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną - Mandarinai	694	100	0,60	0,10	11,10	47,70
Iš viso:			6,22	8,01	36,57	243,27

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	285	100	1,49	3,07	11,07	77,81
Pilnagrūdė ruginė duona	1596	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Kiaulienos kumpio kotletas (tausojantis)	100	70	12,98	9,64	4,53	157,51
Biri perlinių kruopų košė	1362	60	2,03	1,74	16,07	88,09
Troškintos morkos su žirneliais ir alyvuogių aliejumi	1316	70	1,04	3,72	5,99	61,66
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			19,43	19,00	45,74	439,62

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis)	229	150	4,48	7,93	31,55	215,44
Pilno grūdo batonas su sviestu ir sūriu	355	40	5,42	9,20	13,51	158,48
Iš viso:			9,90	17,12	45,06	373,92
Iš viso (dienos davinio):			35,54	44,22	129,17	1056,81



Kauno
darželio-lopšelio "EŽIUKAS"
Direktorė
[Signature]
Irena Žilinskienė

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų grūdų košė su pienu (tausojantis)	198	150	3,98	5,65	25,28	167,84
Pilnagrūdė duona su sviestu	802	30	1,87	8,20	9,35	118,67
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną - Mandarinai	694	100	0,60	0,10	11,10	47,70
Iš viso:			6,43	12,32	45,73	319,48

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	557	100	6,19	5,30	22,63	162,96
Mėsos (vištienos krūtinėlė) – daržovių (morka, žirnėliai) troškiny (tausojantis)	193	70/80	14,54	7,64	18,63	201,42
Agurkų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejum	105	70	0,59	0,12	2,89	14,95
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			21,39	13,08	44,74	382,10

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai su sūriu ir virta dešra	9	100	8,93	16,16	19,25	258,12
Vaisių salotos	13	50	0,22	0,14	7,43	31,88
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			9,15	16,31	26,69	290,13
Iš viso (dienos davinio):			36,97	41,71	117,16	991,71



Kauno darželio-lopšėlio "EŽUKAS" Direktorė

Irma Žilinskienė

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu (tausojantis)	1	100	11,63	11,57	8,96	186,51
Pilnagrūdė ruginė duona	1596	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Konservuoti žali žirneliai	1443	30	1,32	0,09	3,75	21,09
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną - obuoliai	391	70	0,28	0,00	6,93	28,84
Iš viso:			15,05	12,49	28,93	288,35

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ukrainietiškai barščiai (augalinis) (tausojantis)	559	100	4,06	4,25	19,74	133,48
Žuvies (menkė) kotletas (tausojantis)	505	80	17,17	9,92	4,56	176,20
Virtos bulvės	69	60	1,20	0,06	11,82	52,62
Konvekciniėje krosnelėje keptos sezoninės daržovės (burokėlis)	2128	70	1,54	3,80	8,80	75,58
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			24,04	18,05	45,51	440,65

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais ir cinamonu	1226	110	5,85	6,65	37,91	234,85
Trintos uogos su cukrumi	23	30	0,19	0,11	2,95	13,53
Morkų lazdelės	190	50	0,50	0,05	5,20	23,25
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			6,54	6,82	46,07	271,76
Iš viso (dienos davinio):			45,63	37,36	120,51	1000,76



Kauno darželio-lopšelio "EŽIUKAS" Direktorė

Irma Žilinskiė

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

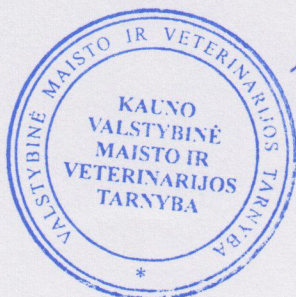
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	22	100	2,58	3,06	17,75	108,80
Pilnagrūdė duona su sviestu ir sūriu	888	35	4,32	7,44	9,54	122,38
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną - Kiviai	566	100	0,90	0,40	14,80	66,40
Iš viso:			7,75	10,91	42,10	297,71

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	210	100	2,26	1,91	18,14	98,73
Lietiniai blynai su kiaulienos kumpio mėsa	76	50/50	12,35	6,15	31,02	232,29
Grietinės padažas	71	20	0,32	8,22	0,35	76,62
Morkų ir agurkų lazdelės	972	60	0,51	0,03	3,96	18,15
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			15,51	16,33	54,06	428,56

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kietagrūdžių kviečių makaronai (tausojantis)	109	100	6,01	2,92	23,22	143,18
Daržovių (pomidorai, morka) ir maltos mėsos (kiaulienos mentė) padažas	1222	50	2,86	8,25	4,57	103,94
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			9,62	11,34	30,69	263,30
Iš viso (dienos davinio):			32,88	38,58	126,85	989,57



Kauno darželio-lopšelio "EŽIUKAS" Direktorė

Irma Žilinskienė

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

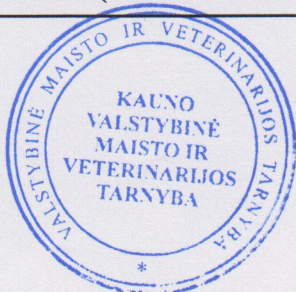
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais ir sviestu (tausojantis)	3403	150	5,69	6,83	26,36	185,61
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną – Bananai	360	100	1,00	0,40	23,40	101,20
Iš viso:			6,69	7,24	49,77	286,94

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis) (tausojantis)	227	100	1,91	2,12	16,82	93,96
Pilnagrūdė ruginė duona	1596	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Kalakutienos filė kukuliai (tausojantis)	1367	70	13,12	10,20	3,54	158,48
Biri perlinių kruopų košė	1362	60	2,03	1,74	16,07	88,09
Pekino kopūstų salotos su agurkais, obuoliais ir alyvuogių aliejumi	1963	70	0,65	1,90	2,92	31,38
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			19,60	16,80	49,23	426,48

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėtukai (tausojantis)	35	100	13,23	5,71	39,84	263,66
Saldus grietinės padažas su vanile	73	25	0,26	3,00	2,55	38,24
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Iš viso:			13,49	8,72	42,40	302,03
Iš viso (dienos davinio):			39,37	32,75	141,39	1015,45



Kauno darželio-lopšelio "EŽIUKAS"
Direktorė

Irma Žilinskienė

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

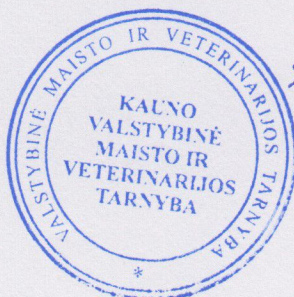
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3401	150	3,02	4,03	23,44	142,08
Pilnagrūdė ruginė duona	1596	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Virto kiaušinio, sviesto ir žalumynų užtepėlė	890	20	1,69	7,16	0,18	71,90
Arbata be cukraus	118	150	0,00	0,01	0,01	0,13
Vaisiai pagal sezoną - Kriaušės	740	70	0,21	0,28	10,57	45,64
Iš viso:			6,74	12,30	43,48	311,53

Pietūs 12:00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (morka, paprika)(augalinis) (tausojantis)	222	100	4,21	4,79	16,64	126,48
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (kiaulienos kumpis) (tausojantis)	152	50/50	13,47	11,26	27,80	266,41
Natūralus jogurtas	225	15	0,56	0,45	0,77	9,33
Morkų lazdelės	190	55	0,55	0,06	5,72	25,58
Vanduo su citrina	119	150	0,07	0,02	0,59	2,77
Iš viso:			18,85	16,57	51,52	430,57

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis)	229	150	3,58	7,85	18,17	157,60
Pilno grūdo batonas su sviestu	1034	30	2,72	7,29	12,24	283,04
Iš viso:			6,30	15,13	30,41	283,04
Iš viso (dienos davinio):			31,89	44,00	125,41	1025,14



2018-12-14
Nr. VJP-8636



Kauno darželio-lopšelio "EŽIUKAS" Direktorė

Irma Žilinskienė