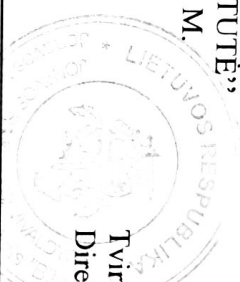


JONAVOLOPŠĖLIO-DARŽELIO „BITUTĖ“
15 DIENŲ VALGIARAŠTIS 2021 M.

Darželio 1-3 m. vaikams

Pusryčiai : 9,00 val



Tvirtinu: *[Signature]*
Direktorė Violeta Skodiėnė
[Signature]

1 savaitė - Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė (tausojančis)	111A	150	5.88	5.63	25.16	172.20
Bananų desertas su jogurtu	3D	120/30	2.34	0.58	29.55	127.5
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Viso:			8.22	6.21	54.71	299.7
Vaisiai			0.76	0.30	13.94	56.00

Pietūs 11,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojančis) (augalinis)	15Sr.	100	0.94	2.1	7.11	48.33
Pilno grūdo ruginė duona	1Š.	20	1.48	0.32	8.53	43.04
Malta kalakutenos mėsos kepsnys(tausojančis)	34A	60	12.73	7.53	5.7	141.02
Virti lęšiai (augalinis ,tausojančis)	14Gar.	50	6.39	0.29	14.07	78.89
Agurkų ir pomidorų sal. su porais ,alyvuogių aliejum (augalinis)	35 S	75	0.68	7.16	2.75	74.15
Viso :			20.82	17.7	52.1	441.43

Vakarienė 15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės-ryžių apkepas(tausojančis)	87A	110/20	21.25	16.31	18.8	307.39
Jogurtinės grietinė 10%	17P	20	0.38	1.02	7.66	39.88
Ramunėlių arbata	1G	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Viso:			21.63	17.33	26.46	347.27
15 viso (dienos davinio):			50.67	41.24	133.27	1088.4

Pusryčiai val.

9.00

1 savaitė – Antradienis

Twirtinu: 
 Direktoriė Violeta Skodienė
 2023 m. gegužės 1 d.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Iškeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kr. košė (tausojantis)	101A	150	L	L	L	L
			5.93	2.30	37.02	195.47
Smulkinti bananai su trintomis braškėmis	6D	65/35	L	L	L	L
			1.64	0.34	18.41	77.40
Nesaldinta melisų arbata		150	L	L	L	L
			0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoninių vaisių lėkštelė		Iš viso: 150	L	L	L	L
			7.57	2.64	55.43	272.87
			L	L	L	L
			1.14	0.45	20.91	84.00

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Iškeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	22Sr.	100	L	L	L	L
			0.65	3.81	3.71	49.63
Viso grūdo ruginė duona	1 Š	20	L	L	L	L
			1.48	0.32	8.53	43.04
Paukštinis kukuliai (tausojantis)	35A	50	L	L	L	L
			12.71	3.06	2.03	84.49
Birutės grikių (tausojantis .augalinis)	7 Gar.	40	L	L	L	L
			2.45	2.21	13.42	81.86
Salotos ,agurkai, ridikėliai su natūraliu jogurto padažu	57S	100	L	L	L	L
			2,0	0,60	3,30	22,94
			L	L	L	L
			Iš viso: 20.43	10.45	51.90	365.96

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Iškeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo apkepti makaronai su varške 9%, (tausojantis)	65 A	60/40/20	L	L	L	L
			16.52	14.53	22.27	226.73
Pienas 2,5%		200	L	L	L	L
			6,8	5,0	9,80	112,00
			L	L	L	L
			Iš viso: 23.32	19.53	32.07	306.66
			Iš viso (dienos davinio): 51.32	32.62	139.40	945.49

1 savaitė – Trečiadienis

Pusryčiai val. 9,00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kruopų košė (tausojančiantis)	97A	L	L	L	L	L
		150	7.40	3.09	30.09	175.54
Sviesto-jogurtinės grietinės padažas	5P	15	0.41	6.05	0.61	58.17
		150	0.00	0.00	0.00	0.00
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	15 viso	7.81	9.14	30.70	233.71
		100	0.76	0.30	13.94	56.00
Sezoninių vaisių lėkšte						

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojančiantis)	11St.	L	L	L	L	L
		100/4/4	1.63	3.80	6.58	64.87
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	20	1.48	0.26	10.26	43.40
		60	13.51	12.42	3.24	176.07
Žuvies kepsnys šamas (tausojančiantis)	1G	50	1.07	0.07	9.57	42.60
		75	1.90	7.11	6.88	91.64
Burokėlių salotos, žirneliai, m. agurkai, svogūnai su al. aliejaus padažu (augalinis)	20S	75	1.90	7.11	6.88	91.64
		Viso:	20.35	23.96	50.47	474.58

Vakarienė 16,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Zemaičių blynai su mėsa(tausojantis)	D011	L	L	L	L	L
		100	8.8	8.69	17.49	183.36
Grietinės-sviesto padažas	2P	15	0.31	7.91	0.51	74.20
		150				
Žolelių arbata		15 viso:	9.11	16.6	18.00	257.56
		15 viso (dienos davinio):	36,65	45,54	123,38	1014,32

LIETUVOS RESPUBLIKA
 Tvirtinu: *[Signature]*
 Direktoriė Violeta Skodiene
 2025-05-08-2P

Pusryčiai9.00..... val.

I savaraitė – Kertviradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis (tausojančis) (augalinis)	118A	150	6,44	4,19	28,72	168,08
Sviesto-jogurtinės grietinės padažas	SP	20	0,54	8,07	0,81	77,56
		100	3,4	2,5	4,9	56
Pienas 2,5 %		Iš viso	11,95	13,99	36,68	310,25
Sezoninių vaisių lėkštė		100	0,76	0,30	13,94	56,00

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sr. su bulvėmis (tausojančis) (augalinis)	17 Sr.	100	2,39	2,18	9,59	63,18
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Troškinta kiauliena su padažu (tausojančis)	1A	75/45	22,35	16,96	7,57	268,27
Biri perlinių kr. košė (tausojančis, augalinis)	6Gar.	40	1,33	1,85	10,04	59,07
Pomidorai	37S	25	0,25	0,05	1,03	4,25
Kopūstų, obuolių, morkų, porų sal. Su al. alyjeaus padažu (augalinis)	4S	75	0,73	2,62	4,02	38,29
Stalo vanduo			0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	29,29	24,28	54,72	532,1

Vakarienė 16,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai (tausojančis)	M 004	100	6,87	6,96	41,54	251,15
Saldus jogurtinės grietinės 10%-padažas	17P	20	0,38	1,02	7,66	39,88
		150	0,0	0,0	0,0	0,00
Nesaldinta aviečių arbata	1G					
		Iš viso:	7,25	7,98	49,20	291,03
		Iš viso (dienos davinio):	49,25	46,55	154,54	1189,38

LIETUVOS RESPUBLIKA
 Tvirtinu:
 Direktoriė Violeta Skodienė
 2023-08-29

Pusryčiai ...9.00..... val.

Tvirtinu:

Direktoriė Violeta Skodiene
Violeta Skodiene

1 savaitė – Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tišta perlinių kruopų košė (tausojantis)	96A	150	5.91	2.52	28.92	155.21
Kivi desertas su jogurtu	1D	120/20	1.96	0.88	17.27	73.08
Kakava su pienu be cukraus	4G	150	3,18	2.51	5.03	51,45
		Iš viso:	11,05	5,91	51,22	279,74
Sezoninių vaisių lėkštelė		150	1,14	0,45	20,91	84,00

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (šviež. ar raug. (tausojantis, augalinis)	3Sr.	100	1.57	2.16	6.29	45.49
Viso grūdo duona	1Š	20	1.48	0.32	8.53	43.04
Jautienos maltinukai (tausojantis)	27A	60	11.24	8.89	11.30	167.72
Virti pilno grūdo makaronai. (tausojantis, augalinis)	8Gar.	40	2.31	2.10	8.93	66.53
Salotos, agurkai, svogūnų laiškai, nesald. jogurto padažas	54S	100	2.33	0.61	3.19	23.24
		Iš viso:	20.07	14.53	59.15	430.02

Vakarienė 16,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių-varškės kukuliai (tausojantis)	57A	150	11.57	9.64	38.01	244.95
Jogurtinė grietinė 10%	17P	30	0.68	2.00	0.84	24.0
Kefyras 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	90,00
		Iš viso:	17,35	15,39	46,20	358,95
		Iš viso (dienos davinio):	48,47	35,83	156,57	1068,71

Pusryčiai ...9.00. val.

2 savaitė – Pirmadienis


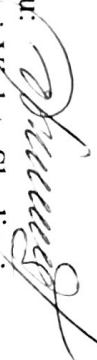
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė (tausojanis)	110A	150	5.40	5.52	29.94	191.25
		19P	30	0,09	0,00	21,2
Uogienė	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Nesaldinta melisų arbata		Iš viso:	5.49	5.52	51.21	272.55
		150	1.14	0.45	29.94	84.00

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojanis) (augalinis)	20Sr.	L	0.98	2.12	5.62	42.18
		100	0.98	2.12	5.62	42.18
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	20	1.48	0.32	8.53	43.04
Kalakutienos -daržovių troškinys (tausojanis)	2A	50/50	14.52	7.71	5.38	144.66
Morkų sal. su česnakų šalto spaudimo alyvuogių aliejais padažu (augalinis)	53S	75	0.68	7.20	6.29	87.20
		150	0.00	0.00	0.00	0.00
Stalo vanduo		Iš viso:	18.80	17.80	46.73	401.08

Vakarienė 16,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varskės spygliukai (tausojanis)	89A	L	L	L	L	L
		150	18.0	10.03	30.47	285.19
Jogurtinė grietinė 10 %	17P	20	0.68	2.00	0.84	24.00
		150	5.1	3.75	7.35	84
Pienas 2,5%		Iš viso:	23.78	15.78	38.66	393.19
		Iš viso (dienos davinio):	48.07	39.1	136.6	1066.82


 Tvirtinu: 
 Direktoriė Violeta Skodiene
 8081 nr. rugpjūtis 2011.

Pusryčiai9,00val.

3 savaitė – Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ornietas (tausojančias)	91A	80	7.94	10.41	4.78	144.33
Svieži pomidorai	37S	40	0.40	0.08	1.64	6.80
Svieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginėti agurkai)	36S	40	0.32	0.08	0.92	4.40
Viso grūdų ruginė duona	1Š	40	2.96	0.64	17.06	86.08
Nesaldinta žolelių arbata	1G	150	0.00	0.00	0.00	0.00
		Iš viso:	11.62	11.21	24.40	241.61
Vaisiai		100	0.76	0.3	13.94	56.0

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojančias) (augalinis)	2Sr	100	1,79	2,16	9,10	58,29
Viso grūdų ruginė duona	1Š	40	1.48	0.32	8.03	43.04
Trokinta malta paukštinis filė (tausojančias)	30A	75	18.35	5.28	6.62	147.79
Biri ryžių kruopų košė (tausojančias, augalinis)	5Gar.	50	1.67	2.08	14.42	85.30
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su al. aliejaus padažu (augalinis)	6S	100	1,36	5,19	6,19	68,97
Stalo vanduo	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	25.41	15.33	58.3	459.36

Vakarienė 16,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške (tausojančias)	80A	75/75	17.84	8.58	35.89	286.84
Sviesto-grietinės padažas	5P	15	0.41	6.05	0.61	58.17
Arbatžolių arbata	1G	150	0.00	0.00	0.00	0.00
		Iš viso:	18.25	14.63	36.5	345.01
		Iš viso (dienos davinio):	55.28	41.17	119.20	1045.98



Tvirtinu: *[Signature]*
 Direktorė Violeta Skodienė
[Signature]



Tvirtinu: *[Signature]*
 Direktoriė Violeta Skodienė
[Signature] 1d.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų kruopų košė (tausojantis)	109A	L	L	L	L	L
		150	5,88	5,90	24,00	175,50
Pienas 2.5% ekologiškas		L	L	L	L	L
		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Sezoninių vaisių lėkštelė		Iš viso:	10,98	9,65	31,35	259,50
		100	0,76	0,30	13,94	56,00

Pietūs 12,30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	12Sr.	L	L	L	L	L
		100	1,12	2,14	7,68	52,30
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	L	L	L	L	L
		40	2,69	0,64	17,06	86,08
Troškinta žuvis su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	39A	L	L	L	L	L
		50	11,62	2,92	5,87	94,40
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar.	L	L	L	L	L
		40	0,93	1,53	6,59	43,41
Burokėlių sal. su m. agurkais ir ž. žirneliais al. alyjejaus padažu	45S	L	L	L	L	L
		50	0,88	4,94	2,32	53,28
		Iš viso:	18,59	12,55	54,38	389,87

Vakarienė 16,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių mišinio(žied,kopūstai,morkos, ž. žirneliai, šparaginės pupelės, Briuselio kopūstai)troškiny su dešrelėmis(tausojantis)	59A	L	L	L	L	L
		50/50	5,44	19,42	5,51	210,56
Kefyro gėrimas		L	L	L	L	L
		200	6,60	1,00	8,20	68,00
		Iš viso:	12,04	20,42	13,71	278,56
		Iš viso (dienos davinio):	41,61	42,62	99,44	927,93

Pusryčiai ..9.00... val.

2 savaitė – Ketvirtadienis



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų košė (tausojantis)	95A	L	L	L	L	L
		150	5.98	5.30	28.39	188.70
Smulkinti bananai su trintomis braškėmis	6D	65/35	1.64	0.34	18.41	77.40
		100	3.40	2.50	4.90	56.00
Pienas 2.5%		Iš viso:	11.02	8.14	51.70	322.10
		100	0.76	0.30	13.94	56.00

Pietūs 12,30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta morkų sriuba (tausojantis) (augalinis)	033Sr	L	L	L	L	L
		100	0.85	3.61	7.26	64.93
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	20	1.48	0.32	8.53	43.04
		21A	50/15	10.63	8.19	5.67
Maltas jautienos kepsnys (tausojantis)	14Gar.	40	5.11	0.23	11.25	63.11
		35S	50	0.48	4.77	1.68
R.kopūstų salotos su al. aliejaus padažu		150	0.00	0.00	0.00	0.00
		Iš viso:	19.31	17.42	48.33	414.50

Vakarienė 16,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai su obuoliais (kvietiniai pilno grūdo miltai)	78A	L	L	L	L	L
		150	11.29	12.27	53.57	359.84
Saldus jogurtinės grietinės padažas	8P	20	0.38	1.02	7.66	39.88
		1G	150	0.00	0.00	0.00
Nesaldinta arbatžolių arbata		Iš viso:	11.67	13.29	61.23	399.72
		Iš viso (dienos davinio):	42.00	38.85	161.26	1136.32


 Tvirtinu: 
 Direktoriė Violeta Skodienė
 2021 m. gegužės 14 d.

2 savaitė – Penktadienis

Pusryčiai ...9.00... val.



Tvirtinys: *[Signature]*
 Direktore Violeta Skodiene
[Signature]

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Titšta grikių kruopų košė (tausojantis)	97A	150	7.40	3.09	30.09	175.54
Ketvyro kokteilis su bananais ir braškėmis		200	6,00	0,80	20,40	114,00
		Iš viso:	13,40	3,89	50,49	289,54
Sezoninių vaisių lėkštelė		150	0,76	0,30	13,94	56,00

Pietūs 12,30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (lėšij) sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	17Sr.	100	2.63	2.16	9.50	64.14
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kiaulienos –daržovių-ryžių miltinis (tausojantis)	62A	100	20.00	11.91	6.30	210.02
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	1Gar.	40	0.86	0,05		7,65
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, saulėgrąžomis, nesaldintu jogurtu	13S	75	3.32	3.97		5.33
		Iš viso:	28.98	18.71	51.25	471.67

Vakarienė 16,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės-bulvių kukulaičiai	90A	60/40	12.82	6.24	26.94	214.15
10% jogurtinės grietinės padažas	2P	20	0.52	1.87	1.40	24.31
		Iš viso:	13.34	8.11	28.34	238.46
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	150	0,00	0,00		0,00
		Iš viso:	55.72	30.71	130.08	999.67



Tvirtinu: *[Signature]*
 Direktore Violeta Skodiene

[Signature]
 2023 m. rugsėjo 1 d.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	110A	L	L	L	L	L
		150	7.39	7.37	26.35	194.55
Sumūštinis su sūriu	4Š	20/10	5,37	8,81	6,85	129,0
		1G	150	0,00	0,00	0,00
Žolelių arbata su citrina	1G	Iš viso:	12,76	16,18	33,20	323,55
		150	1,14	0,45	20,91	84,00
Sezoninių vaisių lėkš						

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (avinžirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	17Sr	L	L	L	L	L
		100	2.28	2.47	8.86	64.78
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
		3A	50/50	15.0	7.92	13.77
Kalakutienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	2S	50	0.73	2.60	2.46	32.51
		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, porais, al. alyjeaus padažu (augalinis, tausojantis)		Iš viso:	20,63	13,76	54,53	405,71
		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Stalo vanduo						

Vakarienė 16,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške 9% (tausojantis)	74A	L	L	L	L	L
		100/50	15,15	12,14	36,72	326,38
Jogurtinė grietinė 10%	17P	15	0.51	1.5	0.63	18.00
		4G	150/70	3.18	2.51	5.03
Kakava su pienu be cukraus, bandelė		Iš viso:	21,84	16,50	42,38	395,83
		Iš viso (dienos davinio):	50,23	46,44	130,11	1125,09

Pusryčiai val. 9,00

Tvirtina: 
 Direktoriė Violeta Skodiene



3 savaitė – Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis, svogūnais (tausojantis, augalinis)	106A	L	8.61	5.86	47.80	270.76
		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Nesaldinta žolelių arbata	1G	L	0,00	0,00	0,00	0,00
		200	8.61	5.86	47.80	270.76
Sezoninių vaisių lėkštelė		L	0,76	0,30	13,94	56,00
		100				

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta brokolių sriuba (tausojantis) (augalinis)	0,33Sr.	L	1,44	0,17	5,25	28,35
		100	1,48	0,32	8,53	43,04
Viso grūdo ruginė duona	1Š	L	10,16	6,72	5,87	122,86
		20	0,42	10,54	0,68	98,94
Jautienos –kiaulienos maitinis (tausojantis)	16A	L	2,31	2,10	8,93	66,53
		50	0,97	0,19	4,22	18,20
Sviesto –grietinės padažas	5P	L	0,42	10,54	0,68	98,94
		20				
Virti lęšiai (tausojantis, augalinis)	14G	L	2,31	2,10	8,93	66,53
		40				
Morkų sal. su česnakų, al. alyjeaus padažas(augalinis)	113S	L	0,97	0,19	4,22	18,20
		50				
Stalo vanduo		L				
		50				
Iš viso:			16.78	20.04	41.14	377.92

Vakarienė 16,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepuri varškėčiai(pilno grūdo miltai) (tausojantis) (varškė 9%)	83A	L	25.76	16.07	24.85	344.4
		150	1.26	0.26	14.16	59.53
Trinti bananai su trintomis braškėmis	14D	L	0,00	0,00	0,00	0,00
		50	27.02	16.33	39.01	403.93
Nesaldinta arbatžolių arbata	1G	L	0,00	0,00	0,00	0,00
		150	52.41	42.23	131.46	1052.61
Iš viso:			52.41	42.23	131.46	1052.61

3 savaitė – Trečiadienis

Pusryčiai 9,00..... val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su sūriu (tausojančias)	66A	100/15	9,52	8,48	20,64	203,37
Keičto kokteilis su spanguolėmis ir kriaušėmis		150	4,50	0,60	14,85	84,00
Sezoninių vaisių lėkštelė		Iš viso:	14,02	9,08	35,49	287,37
		100	0,76	0,30	13,94	56,00

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su r.kopūstais ir bulvėmis (tausojančias, augalinis)	4Sr.	100	1,03	3,29	6,92	59,01
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Zuvies maitinis (tausojančias)	43A	60	10,46	6,2	10,58	139,46
Bulvių košė su pienu (tausojančias)	3Gar.	40	0,93	1,53	6,59	43,41
Salotos: kopūstai, morkos, obuoliai, porai smulkintos saulėgrąžos, al. aliejaus padažas (augalinis)	8S	50	1,43	7,82	4,47	89,14
Stalo vanduo		150	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	16,09	19,46	51,03	430,06

Vakarienė 16,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių – varškės 9% voleliai (tausojančias)	55A	150	8,01	4,03	43,39	238,05
Jogurtinė grietinė 10%	17P	20	0,51	1,50	0,63	18,00
Sūrio dėštelė		40	10,7	8,32	0,5	118,4
		Iš viso:	19,22	13,85	44,52	374,45
		Iš viso (dienos davinio):	49,33	42,39	131,04	1091,88

LIETUVOS RESPUBLIKA
ŠEIMINIS BŪKLĖS PATARDAI
Tvirtina: 
Direktoriė Violeta Skodiene
sveikata.lt

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g		Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g		angliavandeniai, g
Tiršta kukurūzų dribsnių košė (tausojančis)	110A	150	5,72	5,46	34,86	215,44
Trintos uogos , vaisiai su jogurtu	10D	80/20	1,44	0,42	15,73	67,75
Pienas 2,5%		150	5,1	3,75	7,35	84,00
		Iš viso:	13,96	10,88	60,39	367,19
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,76	0,30	13,94	56,00

Pietūs 12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g		Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g		angliavandeniai, g
Pupelių sriuba su bulvėmis (tausojančis) (augalinis)	Sr014	150	1,5	1,5	11,6	86,0
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Paukštienos kepinukai (tausojančis)	32A	50	11,11	5,88	5,99	120,63
Sviesto-grietinės padažas	5P	15	0,31	7,91	0,51	74,20
Virti pilno grūdo makaronai (tausojančis) (augalinis)	14Gar.	50	2,31	2,1	8,93	66,53
Pekinių kopūstų salotos su pomidorais, porais ir alyjeaus padažu (augalinis)	24S	60	0,68	4,88	2,31	53,66
		Iš viso:	18,15	22,89	51,81	433,53

Vakarienė 16,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g		Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g		angliavandeniai, g
Varškės apkepamas (tausojančis)	85A	150	22,57	15,54	24,69	331,30
Saldus jogurtinės grietinės 10% padažas	8P	20	0,38	1,02	7,66	39,88
Nesaldinta čiobrelių arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	22,95	16,56	32,35	371,18
		Iš viso (dienos davinio):	55,06	50,33	144,55	1171,90

Pusryčiai ...9.00. val.

3 savaitė – Penktadienis

Tvirtinuu: *[Signature]*
 Direktoriė Violeta Skodiėnė
 2024.5 - 02-04

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinio kuskuso kruopų košė su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi ir žalumynais (tausojančis) (augalinis)	K1000	L	L	L	L	L
		150	6.39	5.80	39.3	234.83
Kvietinė duona su sviestu ir virta dešra	S001	35/5/19	5.18	5.06	17.6	136.48
		G003	150	0.0	0.0	0.0
Arbatžolių arbata	G003	Iš viso	11,57	10,8	57,1	371,31
		100	0,4	0,4	13,0	87

Pietūs 12.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių pomidorinė sriuba (tausojančis) (augalinis)	23S	L	L	L	L	L
		100	1.00	2.10	6.42	45.78
Viso grūdo ruginė duona	17A	20	1.48	0.32	8.53	43.04
		50	10.89	7.69	5.91	134.16
Maltas jautienos kepsnys su kmyvais (tausojančis)	3G	50	1.17	1.91	8.24	42.60
		75	1.39	0.31	8.17	36.64
Burokėlių sal. su obuoliu, graikišku jogurtu	23S	Iš viso:	16,33	12,73	50,27	389,22

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Svėta miltų skindžiūsiu n. jogurtu ir trintomis braškėmis	M005	L	L	L	L	L
		110/15/15	7,96	12,5	38,6	298,94
Pienas		150	5,1	3,75	7,35	84,0
		Iš viso:	13,06	16,25	45,95	382,94
		Iš viso (dienos davinio):	40,96	39,84	153,32	1143,47