

DZŪKIJOS GIMNAZIJA

PRIENŲ G.8, STAKLIŠKĖS, PRIENŲ R.

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programas vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

1-3 metų amžiaus vaikams

Parengė:

Dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko



**Sveikos
mitybos
partneris**

Įstaigos darbo laikas
Nuo 6:30 iki 18:30 val.

1-3 metų amžiaus vaikams	I 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)	3-3/30T1	150	4.22	2.4	27.87	149.96
Varškė (9 %) su nesaldintu jogurtu (2,5 %) ir uogomis (64/8/8)	15-1/1 1	80	10.69	5.99	3.38	110.18
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	0.80	0.20	6.00	29.00
Iš viso:			15.71	8.59	37.25	289.14

Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT1	100	1.00	2.10	7.58	53.18
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Plikytų ryžių plovos su vištiena (tausojantis)(52/78)	10-5/111T2	130	16.82	7.52	19.2	210.77
Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A 1	70	0.71	3.68	3.72	50.93
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	30/1	150	0.00	0.00	0.75	3.00
Iš viso:			20.13	15.12	39.97	375.52

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kieto grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	6-3/61T	102	5.55	2.99	29.35	166.60
Tarkuotas fermentinis sūris (45%)	18/10	15	3.15	4.20	0.30	51.60
Pomidorų padažas (augalinis)(tausojantis)	14/3AT	10	0.17	0.94	0.72	12.24
Pomidorai	18/23 1	50	0.50	0.10	2.05	11.10
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.37	8.23	30.37	241.54
Iš viso (dienos davinio):			45.21	31.94	107.59	906.20

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams		I savaitė		Antradienis		
Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavanden iai, g	
Avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu, sviestu (82%) ir pienu (2.5%) (tausojantis)	3-3/15T1	150	7.28	545	28.05	208.45
Trapučiai		10	0.90	0.10	8.40	37.20
Nesaldinta arbata su citrina	17-1/2 1	150	0.06	0.02	0.47	1.45
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			8.64	545.52	49.92	304.30
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavanden iai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/46AT	100	1.03	1.42	5.04	37.15
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Troškintos kiaulienos juostelės su morkomis ir salierais (tausojantis)	11-8/162T	80	8.35	14.37	4.01	179.79
Virtos bulvės su krapais (augalinis) (tausojantis)	4-3/58AT	60	1.20	0.06	11.02	49.50
Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-3/59A 1	70	1.10	3.55	6.64	63.03
Stalo vanduo paskanintas agurkais	30/1	150	0.00	0.00	0.15	1.50
Iš viso:			13.28	21.22	35.58	387.11
Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavanden iai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T	120	15.66	6.46	31.61	259.82
Jogurto padažas	18/2	20	0.85	0.46	2.38	16.92
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			16.51	6.92	33.99	276.74
Iš viso (dienos davinio):			38.43	573.66	119.49	968.15

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams	I 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 košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/52AT 1	100	4.15	2.49	22.92	130.73
Duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%) (25/3/20) (sumuštinis)	16-1/4 1	48	6.07	8.47	11.12	145.08
Nesaldinta kminų arbata	17 -1/2 1	150	0,00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	0.80	0.20	6.00	29.00
Iš viso:			11.02	11.16	40.04	304.81

Pietūs 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	100	3.07	1.57	12.72	77.40
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Orkaitėje kepta vištienos šlaunelių mėsa su prieskoninių žolelių ir česnakų marinatu (tausojantis)	10-5/-165T	70	18.69	11.03	0.32	140.48
Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT	50	1.25	0.31	13.35	67.65
Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-1/38A	70	0.70	2.23	6.13	47.47
Stalo vanduo paskanintas uogomis	30/1	150	0.15	0.00	0.90	4.50
Iš viso:			25.46	16.96	42.14	390.64

Vakarienė 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pasukų blynėliai su bananais (80/10)	6-8/162	90	7.56	9.83	35.27	253.19
Trintos uogos	14-1/4A	20	0.17	0.08	3.20	14.13
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.73	9.91	38.47	267.32
Iš viso (dienos davinio):			44.21	38.03	120.65	962.77

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams	I savaitė	Ketvirtadienis
--------------------------	-----------	----------------

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-8/167 T 1	150	5,88	5.25	25.98	192.39
Trintos uogos	14-1/4A	10	0.08	0.04	1.60	7.06
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	1.10	0.30	11.00	51.10
Iš viso:			1.18	5.59	38.58	250.55

Pietūs 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avinžirnių sriuba su žalumynais (augalinis) (tausojantis)	1-3/42AT	100	2.35	1.38	6.98	48.67
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Jautienos- kiaulienos kukulis su rausvučiu padažu (tausojantis) (57/13)	12-8/3T 2	70	10.64	7.28	6.09	142.98
Viso grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT	50	2.16	0.98	12.26	67.27
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A 2	70	0.72	3.27	5.01	50.42
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1	150	0.00	0.00	0.75	3.00
Iš viso:			17.47	14.73	39.81	369.98

Vakarienė 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti orkaitėje varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	7-8/166 T1	90	14.81	9.36	16.44	209.44
Trintos uogos	14-1/4A	20	0.17	0.08	3.20	14.13
Nesaldintas jogurtas	18/2 4	20	0.94	0.5	0.9	11.86
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.92	9.94	20.54	235.43
Iš viso (dienos davinio):			34.57	30.26	98.93	855.96

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams		I savaitė		Penktadienis		
Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su moliūgais, sviestu (82%) ir cinamonu (tausojantis)	3-3/38T1	150	3.82	3.54	35.86	188.40
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	1.20	0.30	23.10	99.90
Iš viso:			5.02	3.84	58.96	288.30
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/54AT	100	1.39	1.08	7.55	45.49
Grietinė (36%)	18/102	5	0.11	1.80	0.14	17.15
Viso grūdo batono skrebučiai	18/18 1	10	1.10	1.53	6.78	45.85
Keptas su garais (menkė, lydeka) žuvies garinukas su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/-141T1	70	10.85	0.48	3.51	101.22
Virtos bulgur kruopos (augalinis)(tausojantis)	3-3/68AT	70	1.86	2.17	15.14	90.86
Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/22A1	70	0.88	3.25	3.78	47.96
Stalo vanduo paskanintas mėtų mis	30/1	150	0.30	0.00	1.05	6.00
Iš viso:			16.49	10.31	37.95	354.53
Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu(45%) (tausojantis)	8-8/164 T	100	14.00	16.62	1.97	213.52
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-3/64A	50	1.59	2.6	5.45	51.22
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			17.07	19.54	15.98	307.78
Iš viso (dienos davinio):			38.58	33.69	112.89	950.61

 Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams		II savaitė		Pirmadienis		
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 pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/13T	150	9.03	6.06	38.01	242.86
Trintos uogos	14-1/4A	10	0.08	0.04	1.60	7.06
Nesaldinta arbata su citrina	17 -1/2 1	150	0.06	0.02	0.47	1.45
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	0.40	0.40	13	57.20
Iš viso:			9.57	6.52	53.08	308.57
Pietūs 11:30 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)	1-3/24AT1	100	2.63	2.2	10.54	72.49
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Grietinėėlėje (12%) troškinta vištienos šlaunelių mėsa su morkomis (tausojantis)(62/18)	10-5/100T	80	12.88	7.14	2.43	159.49
Virti ryžiai su ciberžole (augalinis)(tausojantis)	3-3/64AT	50	1.15	0.91	11.65	60.26
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A2	70	0.84	6.81	3.61	79.11
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	30/1	150	0.00	0.00	0.75	3.00
Iš viso:			19.10	18.88	37.70	431.99
Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su uogomis (tausojantis) (84/16)	7-8/170T	100	12.81	12.85	15.03	226.46
Nesaldintas jogurtas	18/2 4	20	0.94	0.5	0.9	11.86
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.75	13.35	15.93	238.32
Iš viso (dienos davinio):			42.42	38.75	106.71	978.88

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Antradienis
--------------------------	------------	-------------

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/52AT 1	110	4.56	2.73	25.21	143.8
Pik-nik sūrio lazdelė		20	5.34	4.16	0.07	59.08
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	0.8	0.20	12.1	53.40
Iš viso:			10.7	7.09	37.38	256.28

Pietūs 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	100	3.07	1.57	12.72	77.40
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kiaulienos maltinukas su sezamo sėklomis (tausojantis)	11-5/102T	60	14.24	6.65	4.96	135.98
Bulvių košė (tausojantis)	4-3/8T	60	1.30	2.22	9.58	64.39
Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-1/38A	70	0.70	2.23	6.13	47.47
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1	150	0.00	0.00	0.75	3.00
Iš viso:			20.91	14.49	42.86	385.88

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Vakarienė 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai	6-6/124	100	7.32	6.14	27.44	194.36
Trintos uogos	14-1/4A	20	0.17	0.08	3.20	14.13
Grietinė (30%)	18/200 3	20	0.38	6.00	0.62	58.40
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.87	12.22	31.26	266.89
Iš viso (dienos davinio):			39.48	33.80	111.50	909.05

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams		II savaitė		Trečiadienis		
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 pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/8T 1	150	4.98	3.02	24.27	144.24
Trintos uogos	14-1/4A	10	0.08	0.04	1.60	7.06
Pienas (2,5%)	18/3 4	150	5.10	3.75	7.35	83.55
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	0.80	0.20	6.00	29.00
Iš viso:			10.96	7.01	39.22	263.85
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rugštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/29AT1	100	0.72	1.99	4.59	38.95
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Troškintas vištienos šlaunelių mėsos suktinukas su daržovėmis (tausojantis)	10-7/148T	70	13.30	2.30	4.48	91.88
Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	3-3/53AT	70	4.28	0.98	23.54	120.82
Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/35A	70	0.83	3.70	3.05	49.08
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	30/1 1	200	0.00	0.00	1.00	4.00
Iš viso:			20.73	10.79	45.38	362.37
Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais (102/12)	6-6/102 1	120	7.45	10.65	29.49	247.40
Trintos uogos	14-1/4A	20	0.17	0.08	3.20	14.13
Nesaldinta arbata	17-1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.62	10.73	32.69	261.53
Iš viso (dienos davinio):			39.31	28.53	117.29	887.75

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams	II savaitė	Ketvirtadienis
--------------------------	------------	----------------

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sveikuoliški sausi pusryčiai (tausojantis)		40	3.16	0.48	34.00	154.40
Pienas (2,5%)	18/3 3	150	5.10	3.75	7.35	83.55
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	1.00	0.40	23.40	92.00
Iš viso:			9.26	4.63	64.75	329.95

Pietūs 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta brokolių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/55AT	100	1.44	0.17	5.25	28.35
Grietinė (36%)	18/102	5	0.11	1.80	0.14	17.15
Viso grūdo batono skrebučiai	18/18 1	10	1.10	1.53	6.78	45.85
Kiaulienos mėsos ir daržovių rizoto (tausojantis)	11-5/163T	130	19.17	10.43	18.79	246.07
Šviežių agurkų lazdelės su krapais (augalinis)	2-3/65A	70	0.53	2.87	1.56	34.26
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1	150	0.00	0.00	0.75	3.00
Iš viso:			22.35	16.80	33.27	374.68

Vakarienė 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti orkaitėje varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	7-8/166 T1	90	14.81	9.36	16.44	209.44
Vanilės padažas	14-4T	20	0.49	3.77	1.94	44.80
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.30	13.13	18.38	254.24
Iš viso (dienos davinio):			46.91	34.56	116.40	958.87

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams		II savaitė		Penktadienis		
Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kieto grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	6-3/61AT	140	6.39	4.65	33.88	204.14
Tarkuotas fermentinis sūris (45%)	18/10 1	20	4.20	5.60	0.40	68.80
Nesaldinta arbata su citrina	17 -1/2 1	150	0.06	0.02	0.47	1.45
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	0.80	0.20	6.00	29.00
Iš viso:			11.45	10.47	40.75	303.39
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT1	100	1.00	2.1	7.58	53.18
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Keptas orkaitėje lydekos ir lašišos maltinukas (tausojantis)	9-8/163T	60	12.16	6.16	3.16	121.74
Virtos bulgur kruopos (augalinis)(tausojantis)	3-3/68AT	60	1.60	1.86	12.98	77.88
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A1	70	0.84	6.81	3.62	79.12
Stalo vanduo paskanintas uogomis	30/1	150	0.15	0.00	0.90	4.50
Iš viso:			17.35	18.75	36.96	394.06
Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	8-8/165T	90	11.19	13.23	6.30	188.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Pomidorai	18/23 1	50	0.50	0.10	2.05	11.10
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.17	13.65	16.91	242.74
Iš viso (dienos davinio):			41.97	42.87	94.62	940.19

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

6-10 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Pirmadienis
---------------------------	-------------	-------------

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/58T 1	150	7.98	4.62	33.45	207.40
Trintos uogos	14-1/4A	10	0.08	0.04	1.60	7.06
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	1.00	0.04	23.40	92.00
Iš viso:			9.06	4.70	58.45	306.46

Pietūs 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT 1	100	0.73	3.09	4.32	48.23
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Keptas orkaitėje kalakutienos maltinukas su morkomis (tausojantis)	10-7/145T1	60	11.28	3.78	7.6	109.64
Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	3-3/53AT	70	4.28	0.98	23.54	120.82
Cukinių, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A 2	70	0.74	3.17	5.47	51.99
Stalo vanduo paskanintas mėtų	30/1	150	0.30	0.00	1.05	6.00
Iš viso:			18.93	12.84	50.70	394.32

Vakarienė 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su varške (varškė 9%)	6-8/176	100(77/23)	10.85	14.94	26.47	319.56
Trintos uogos	14-1/4A	20	0.17	0.08	3.20	14.13
Nesaldinta arbata	17-1/2 15	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.02	15.02	29.67	333.69
Iš viso (dienos davinio):			39.01	32.56	138.82	1034.47

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkobskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams	III savaitė	Antradienis
--------------------------	-------------	-------------

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojojantis)	3-3/52AT 1	100	4.15	2.49	22.92	130.73
Duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%) (25/3/20) (sumuštinis)	16-1/4 1	48	6.07	8.47	11.12	145.08
Nesaldinta arbata su citrina	17 -1/21	150	0.06	0.02	0.47	1.45
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	0.80	0.20	6.00	29.00
Iš viso:			11.08	11.18	40.51	306.26

Pietūs 11:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tinta moliūgų sriuba (augalinis)(tausojojantis)	1-3/42AT	100	0.95	1.52	7.35	46.91
Grietinė (36%)	18/102	5	0.11	1.80	0.14	17.15
Viso grūdo batono skrebučiai	18/18 1	10	1.10	1.53	6.78	45.85
Kiaulienos troškiny su morkų griežinėliais (tausojojantis)	11-5/102T2	80	14.17	8.19	3.76	145.66
Virtos bulgur kruopos (augalinis)(tausojojantis)	3-3/68AT	60	1.60	1.86	12.98	77.88
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18A 1	70	0.64	2.23	2.55	32.87
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	30/1	150	0.00	0.00	0.75	3.00
Iš viso:			18.57	17.13	34.31	369.32

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Vakarienė 15:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti orkaitėje varškėčiai (varškė 9%) (tausojojantis)	7-8/166 T1	90	14.81	9.36	16.44	209.44
Trintos uogos	14-1/4A	20	0.17	0.08	3.20	14.13
Nesaldintas jogurtas	18/2 4	20	0.94	0.5	0.9	11.86
Nesaldinta arbata	17 -1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.92	9.94	20.54	235.43
Iš viso (dienos davinio):			45.57	38.25	95.36	911.01

Parengė dietistė



Ksenija Balkobskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams		III savaitė		Trečiadienis		
Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-8/167 T 1	150	5.88	5.25	25.98	192.39
Uogos	14-1/4A	10	0.09	0.04	1.60	7.06
Nesaldinta arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	0.60	0.20	18.6	56.00
Iš viso:			6.57	5.49	46.18	255.45
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijos sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/21AT	100	1.81	4.26	9.70	84.36
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Orkaitėje keptas vištienos kepsnelis su traškia kukurūzų dribsnių plutele (tausojantis)	10-8/181T	70	17.17	2.10	6.45	113.91
Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT	60	1.50	0.38	16.44	81.18
Morkų ir salierų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A	70	0.80	3.97	7.02	66.08
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1	150	0.00	0.00	0.75	3.00
Iš viso:			22.88	12.53	49.08	406.17
Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu(45%) (tausojantis)	8-8/164 T	100	14.00	16.62	1.97	213.52
Ruginė viso grūdo duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Konservuoti žali žirneliai (augalinis)	2-3/64 2A	40	1.60	0.08	4.60	23.20
Nesaldinta arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			17.08	17.02	15.13	279.76
Iš viso (dienos davinio):			46.53	35.04	110.39	941.38

 Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams		III savaitė		Ketvirtadienis		
Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%)	3-3/9T 2	150	5.35	3.15	37.6	200.25
Džiovinti abrikosai		20	0.98	0.12	16.56	64.00
Nesaldinta arbata su citrina	17 -1/21	150	0.06	0.02	0.47	1.45
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	0.50	0.50	6.1	31.25
Iš viso:			6.89	3.79	60.73	296.95
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/36AT	100	3.13	2.76	9.54	75.34
Viso grūdo batonas	18/72	20	1.58	0.90	10.38	55.94
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukas su daržovių (morkos, cukinijos, porai) ir sūrio (45%) įdaru (tausojantis)	11-7/144T 6	70	10.93	6.11	4.06	115.09
Viso grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi(augalinis) (tausojantis)	6-3/61AT	50	2.16	0.98	12.26	67.27
Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-3/59A 1	70	1.10	3.55	6.64	63.03
Stalo vanduo paskanintas uogomis	30/1	150	0.15	0.00	0.90	4.50
Iš viso:			19.17	15.80	43.94	395.77
Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	7-8/169T2	110	16.55	9.42	22.9	231.36
Braškių ir bananų tyrė (augalinis)	15-1/9A	40	0.45	0.18	8.07	35.83
Nesaldinta arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			17.00	9.60	30.97	267.19
Iš viso (dienos davinio):			43.06	29.19	135.64	959.91

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko

1-3 metų amžiaus vaikams	III savaitė		Penktadienis			
Pusryčiai 8:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis) (120/30)	3-3/31AT	150	4.29	5.88	24.75	169.00
Trapučiai		10	0.90	0.10	8.40	37.20
Nesaldinta arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 11	100	0.9	0.32	11.7	49.00
Iš viso:			6.09	6.30	44.85	255.20
Pietūs 11:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (morkos, žali žirneliai, bulvės) ir makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38AT1	100	2.49	3.40	13.82	95.86
Grietinė (30%)	18/101 1	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė viso grūdo duona	18/70 2	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Orkaitėje keptas kapotas jūros lydekos maltinukas (tausojantis)	9-7/146T	60	13.34	3.27	4.13	100.82
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės su apelsinų sultimis (augalinis) (tausojantis)	4-8/163AT	60	1.32	3.12	12.46	83.40
Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/35A	70	0.83	3.7	3.05	49.08
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	30/1	150	0.30	0.00	1.05	6.00
Iš viso:			19.88	15.31	43.23	392.80
Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti lietiniai blynai su varške (varškė 9%) (tausojantis) (80/50)	6-8/163T	130	12.13	14.67	26.32	286.26
Trintos uogos	14-1/4A	20	0.17	0.08	3.20	14.13
Nesaldinta arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			12.30	14.75	29.52	300.39
Iš viso (dienos davinio):			38.27	36.36	117.60	948.39

Dienos
maitinimo
kaina su
PVM 4.21
eur.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko