

EITMINIŠKIŲ GIMNAZIJA

2-3m.

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

2024-04-16

1 savaitė
pirmadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
Z. Čiul
Živilė Krasauskienė
2024-04-16
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/53T	80	1.88	0.90	17.02	83.68
Sezoniniai vaisiai		100	0.60	0.10	8.00	35.30
Iš viso:			2.48	1.00	25.02	118.98

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo duona 30/40		30	1.26	0.36	10.38	49.80
Grietinė 30%		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Trintos uogos (braškės)		20	0.22	0.10	1.18	6.50
Orkaitėje kepti viso grūdo varškėčiai (tausojantis) 100 g	7-8/167TV 1N	100	14.26	8.18	15.85	194.03
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT	150	7.36	3.91	16.95	132.36
Iš viso:			23.58	18.55	44.98	441.09

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Makaronai su sūriu	001	80	10.98	12.37	41.39	320.75
Arbata (nesaldinta)	804	2.5	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaniliniai riėstainiai		50	2.15	0.90	17.00	84.70
Iš viso:			13.13	13.27	58.39	405.45
Iš viso (dienos davinio):			39.19	32.82	128.39	965.52

**1 savaitė
antradienis**

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
Z. Krasauskienė
Zivilė Krasauskienė
2024.02.16
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sezoniniai vaisiai		100	0.40	0.30	12.30	53.50
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su pienu (2,5%) (tausojantis)	3-3/65T	200	11.18	6.20	43.99	276.51
Iš viso:			11.58	6.50	56.29	330.01

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo duona 30/40		30	1.26	0.36	10.38	49.80
Pjaustyti agurkai (augalinis) 40g	702	40	0.32	0.08	0.92	5.68
Grietinė 30%		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Birūs ryžiai (augalinis) (tausojantis)	3-3/12ATG PcpVvg 1N	50	1.63	0.38	17.91	81.48
Troškintos vištienos filė su brokoliais ir paprikomis		120	8.89	5.54	7.21	114.37
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT	150	1.69	3.27	10.26	77.19
Iš viso:			14.27	15.63	47.30	386.92

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sklindžiai su obuoliais	6-6/131V 1N	150	10.65	9.47	33.56	262.17
Jogurtas 2,5 %rieb 30/40		40	1.72	1.56	1.92	28.60
Iš viso:			12.37	11.03	35.48	290.77
Iš viso (dienos davinio):			38.22	33.16	139.07	1007.70

1 savaitė
trečiadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
Z. Krasauskienė
Živilė Krasauskienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	1503	100	7.86	14.95	14.27	223.09
Arbata (nesaldinta)	804	2.5	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai		100	0.40	0.30	12.30	53.50
Iš viso:			8.26	15.25	26.57	276.59

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta daržovių sriuba su pupelėmis ir bulguru (tausojantis) (augalinis)	1-3/28ATP VVg 1N	120	2.19	5.31	11.14	101.14
Viso grūdo duona 20/30		20	0.84	0.24	6.92	33.20
Grietinė 30%		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Jautienos kukuliai (tausojantis)	12-8/1T 10N	100	16.35	5.95	4.52	137.06
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis) 150 g	2-3/61A	60	0.70	2.50	3.56	39.44
Perlinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	3-3/45AT	100	2.56	4.13	20.38	129.01
Iš viso:			23.12	24.13	47.14	498.25

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės (9%) apkepas su sorų kruopomis (tausojantis)	7-8/162T	120	15.04	10.70	13.93	212.24
Jogurtas 2,5 %rieb 30/40		40	1.72	1.56	1.92	28.60
Iš viso:			16.76	12.26	15.85	240.84
Iš viso (dienos davinio):			48.14	51.64	89.56	1015.68

1 savaitė
ketvirtadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu: _____

Direktorė
Živilė Krasauskienė
(pareigos, vardas, pavardė)
2021-09-16

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų košė su sviestu (82 %) (tausojantis) 150/200	3-3/32T	180	5.46	3.97	27.01	165.61
Abrikosų džemas		25	0.13	0.00	13.75	55.50
Sezoniniai vaisiai		100	0.40	0.30	12.30	53.50
Iš viso:			5.99	4.27	53.06	274.61

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo duona 20/30		20	0.84	0.24	6.92	33.20
Grietinė 30%		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Bulvių plokštainis	4-8/170	140	6.79	8.79	17.26	175.28
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	NR.1-3/39AT	150	1.17	1.30	9.73	55.33
Iš viso:			9.28	16.33	34.53	322.21

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vanilinis kukurūzų pudingas (tausojantis)	3-3/4TGV 1N	150	5.41	5.21	30.24	189.44
Iš viso:			5.41	5.21	30.24	189.44
Iš viso (dienos davinio):			20.68	25.81	117.83	786.26

1 savaitė
penktadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
Z. Ch.
Živilė Krasauskienė
2024 04 -16
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/40T	150	5.93	3.90	28.93	174.46
Sezoniniai vaisiai		100	0.60	0.10	8.00	35.30
Iš viso:			6.53	4.00	36.93	209.76

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo duona 20/30		20	0.84	0.24	6.92	33.20
Grietinė 30%		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/29AT	150	1.13	1.99	9.95	62.37
Kepti su garais lašišos kukulaičiai		80	9.27	8.83	2.52	126.69
Perlinio kuskuso košė su garintomis daržovėmis		100	4.73	0.64	25.29	125.92
Iš viso:			16.45	17.70	45.30	406.58

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bananiniai ir obuoliniai blynėliai	6-6/128V 1N	130	6.65	8.69	25.95	208.63
Nesaldintas jogurtas 10/10		10	0.43	0.39	0.48	7.15
Iš viso:			7.08	9.08	26.43	215.78
Iš viso (dienos davinio):			30.06	30.78	108.66	832.12

2 savaitė
pirmadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
Z. Čiul
Zivilė Krasauskienė
2022-07-16
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trijų grūdų dribsnių košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/34AT	120	5.58	9.21	57.61	183.64
Sezoniniai vaisiai		100	0.40	0.30	12.30	53.50
Iš viso:			5.98	9.51	69.91	237.14

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT	150	1.82	3.78	15.30	102.53
Grietinė 30%		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Varškės (9%) apkepęs su sorų kruopomis (tausojantis)	7-8/162T	120	15.04	10.70	13.93	212.24
Obuolių-morkų sultys		120	0.36	0.00	10.80	44.64
Viso grūdo duona 20/30		20	0.84	0.24	6.92	33.20
Trintos uogos (braškės)		20	0.22	0.10	1.18	6.50
Iš viso:			18.76	20.82	48.75	457.51

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniškės dešrelės		100	6.90	27.30	0.90	276.90
Pomidorai 50/60		60	0.54	0.12	2.34	12.60
Pjaustyti agurkai (augalinis) 40g	702	40	0.32	0.08	0.92	5.68
Iš viso:			7.76	27.50	4.16	295.18
Iš viso (dienos davinio):			32.50	57.83	122.82	989.83

**2 savaitė
antradienis**

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
Zivilė Krasauskienė
2024 04 - 16
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu 82% ir virta dešra		100	7.96	19.55	14.47	265.69
Kakava su pienu	002	120	2.84	2.08	4.51	48.10
Sezoniniai vaisiai		100	0.40	0.30	12.30	53.50
Iš viso:			11.20	21.93	31.28	367.29

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Jautienos kukuliai (tausojantis)	12-8/1T 10N	100	16.35	5.94	4.53	137.08
Trinta brokolių sriuba su grietine (Tausojantis)	1- 3/22ATG PVVg 10 S	120	3.17	1.79	10.65	71.31
Orkaitėje keptas sumuštinis skrebutis	16- 8/168VP c 1N	10	0.73	0.35	5.42	27.75
Kopūstų, morkų salotos (augalinis)	2- 1/1AGPV Vg 1N	60	0.84	0.90	3.52	25.47
Grikių košė (82 %) (tausojantis)	3-3/50T	80	4.56	1.07	25.92	131.51
Iš viso:			25.65	10.05	50.04	393.12

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sklindžiai su obuoliais	6- 6/131V 1N	150	10.65	9.47	33.56	262.17
Jogurtas 2,5 %rieb 30/40		40	1.72	1.56	1.92	28.60
Iš viso:			12.37	11.03	35.48	290.77
Iš viso (dienos davinio):			49.22	43.01	116.80	1051.18

2 savaitė
trečiadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
[Signature]
Zivilė Krasauskienė
2024 04 - 16

(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sezoniniai vaisiai		100	0.54	0.40	11.84	53.12
Omletas (tausojantis) 120 gr	8-8/162T	120	12.13	11.74	9.37	191.68
Iš viso:			12.67	12.14	21.21	244.80

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grietinė 30%		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Viso grūdo ruginė duona 20/30		30	1.26	0.36	10.38	49.80
Orkaitėje kepti lietuviški balandėliai su vištiena		100	7.60	3.72	10.34	105.22
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT	50	1.08	0.05	9.84	44.13
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	150	5.19	2.54	17.62	114.06
Iš viso:			15.61	12.67	48.80	371.61

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti viso grūdo kvietinių miltų varškėčiai (9%) su cinamonu ir nesaldintu jogurtu (2,5%) (tausojantis)	7-3/68T	150	18.82	10.26	22.70	258.44
Nesaldintas jogurtas 10/10		10	0.43	0.39	0.48	7.15
Iš viso:			19.25	10.65	23.18	265.59
Iš viso (dienos davinio):			47.53	35.46	93.19	882.00

2 savaitė
ketvirtadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
Zivilė Krasauskienė
2024 04 16
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų košė su sviestu (82 %) (tausojantis) 150/200	3-3/32T	180	5.46	3.97	27.01	165.61
Sezoniniai vaisiai		100	0.60	0.10	8.00	35.30
Iš viso:			6.06	4.07	35.01	200.91

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių ir ryžių sriuba (augalinis) (tausojantis) 100 L-	1-3/38AT	150	1.25	2.84	12.64	81.07
Viso grūdo duona 20/30		30	1.26	0.36	10.38	49.80
Grietinė 30%		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Bulvių košė (tausojantis)	4-3/7TGV 1N	80	1.71	8.38	10.51	124.37
Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T	80	9.96	3.39	5.76	93.39
Rauginti kopūstai (augalinis)	2-1/17A	60	0.50	3.86	2.41	46.37
Iš viso:			15.16	24.83	42.32	453.40

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo grikių ir kvietinių miltų lietiniai su varške	6-6/103	130	11.38	8.40	26.14	225.65
Jogurtas 2,5 %rieb 30/40		40	1.72	1.56	1.92	28.60
Iš viso:			13.10	9.96	28.06	254.25
Iš viso (dienos davinio):			34.32	38.86	105.39	908.56

2 savaitė
penktadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu: _____

Direktoriė
[Signature]
Živilė Krasauskienė
2024.04.16
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė	006	150	5.97	5.68	25.05	175.18
Sezoniniai vaisiai		100	0.60	0.10	8.00	35.30
Iš viso:			6.57	5.78	33.05	210.48

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Zirnių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	1-3/30AT	150	5.61	3.36	26.41	158.31
Viso grūdo duona 20/30		20	0.84	0.24	6.92	33.20
Birūs ryžiai (augalinis) (tausojantis)	3-3/12ATG PcPVVg 1N	50	1.63	0.38	17.91	81.48
Kepti su garais jūros lydekos kukulaičiai (tausojantis)	9-7/141T	100	19.20	6.46	3.25	148.04
Virti burokėliai su svogūnais (tausojantis) (augalinis)	4-3/69AT	50	0.52	0.96	3.49	24.72
Iš viso:			27.80	11.40	57.98	445.75

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
SŪRIO LAZDELĖS PIK-NIK		20	5.34	4.16	0.10	59.20
Pieniška (2,5 %) ryžių sriuba su sviestu (tausojantis)	NR.1-3/69T	200	5.79	3.71	40.83	219.91
Iš viso:			11.13	7.87	40.93	279.11
Iš viso (dienos davinio):			45.50	25.05	131.96	935.34

3 savaitė
pirmadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
Živilė Krasauskienė
2024-04-16
(pareiḡos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiḡa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trijų grūdų dribsnių košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/34AT	120	6.04	9.27	61.74	202.54
Sezoniniai vaisiai		100	0.54	0.40	11.84	53.12
Iš viso:			6.58	9.67	73.58	255.66

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiḡa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo duona 30/40		30	1.26	0.36	10.38	49.80
Pomidorinė ryžių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/21ATG PVVg 1S	100	0.65	3.98	3.87	54.01
Daržovių rinkinys (pekino kopūstas, konservuoti kukurūzai, agurkai, ypač tyru alyvuogių aliejumi) (augalinis)	2-1/7A	80	1.23	1.51	4.41	36.26
Netikras vištienos filė zuikis		100	10.04	14.08	1.61	173.40
Grikių košė (82 %) (tausojantis)	3-3/50T	80	4.56	1.07	25.92	131.51
Iš viso:			17.74	21.00	46.19	444.98

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiḡa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Abrikosų džemas		25	0.13	0.00	13.75	55.50
Tradiciniai jogurtiniai blynėliai	6-6/101V 10N	100	7.80	12.17	20.20	221.43
Iš viso:			7.93	12.17	33.95	276.93
Iš viso (dienos davinio):			32.25	42.84	153.72	977.57

**3 savaitė
antradienis**

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
Zivilė Krasauskienė
2024-09-16
(pavardė, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška (2,5 %)ryžių sriuba su sviestu (tausojantis)	NR.1-3/69T	200	5.79	3.71	40.83	219.91
Sezoniniai vaisiai		100	0.70	0.20	13.90	60.20
Iš viso:			6.49	3.91	54.73	280.11

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo duona 30/40		30	1.26	0.36	10.38	49.80
Morkų salotos	2-1/10AGP PcVVG 1N	100	2.03	2.86	8.96	69.63
Burokėlių ir raudonųjų lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/79AT	150	3.25	2.89	12.61	89.55
Grietinė 30%		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Jautienos guliašas (tausojantis)	12-5/98TGP 1N	190	5.07	7.78	6.60	116.55
Bulvių košė (tausojantis)	4-3/7TGV 1N	80	1.71	8.38	10.51	124.37
Obuolių-morkų sultys		120	0.00	0.36	10.80	46.44
Iš viso:			13.80	28.63	60.48	554.74

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti viso grūdo kvietinių miltų varškėčiai (9%) su cinamonu ir nesaldintu jogurtu (2,5%) (tausojantis)	7-3/68T	150	18.82	10.26	22.70	258.44
Iš viso:			18.82	10.26	22.70	258.44
Iš viso (dienos davinio):			39.11	42.80	137.91	1093.29

3 savaitė
trečiadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu: _____

Direktorė
[Signature]
Zivilė Krassauskienė
20 24 07 - 16
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su fermentiniu sūriu 45%	1502	50	4.75	10.29	10.54	153.79
SŪRIO LAZDELĖS PIK-NIK		20	5.34	4.16	0.10	59.20
Sezoniniai vaisiai		100	0.40	0.30	12.30	53.50
Iš viso:			10.49	14.75	22.94	266.49

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtų burokėlių salotos su žirnėliais ir raugintais agurkais (augalinis) 150 g	2-3/61A	60	0.70	2.50	3.56	39.44
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	306	120	2.20	7.06	10.15	113.02
Orkaitėje keptas sumuštinis skrebutis	16-8/168VP c 1N	10	0.73	0.35	5.42	27.75
Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T	80	9.96	3.39	5.76	93.39
VISO GRŪDO MAKARONAI SU SVIESTU 82 % (TAUSOJANTIS)	NR.6-3/60T	100	5.01	2.68	29.22	160.99
Iš viso:			18.60	15.98	54.11	434.59

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vaniliniai riestainiai		50	2.15	0.90	17.00	84.70
Arbata (nesaldinta)	804	2.5	0.00	0.00	0.00	0.00
Nesaldintas jogurtas (2,5 %) su sezoniniais vaisiais ir razinomis	15-1/9	110	3.11	2.37	19.32	109.67
Iš viso:			5.26	3.27	36.32	194.37
Iš viso (dienos davinio):			34.35	34.00	113.37	895.45

3 savaitė
ketvirtadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
Zivilė Krasauskienė
2024-04-16
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/53T	80	1.88	0.90	17.02	83.68
Sezoniniai vaisiai		100	0.54	0.40	11.84	53.12
Iš viso:			2.42	1.30	28.86	136.80

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/29AT	150	1.29	2.01	10.90	66.97
Grietinė 30%		20	0.48	6.00	0.62	58.40
Viso grūdo ruginė duona 20/30		30	1.26	0.36	10.38	49.80
Daržovių rinkinys (Pekino kopūstai, porai, pomidorai, su ypač tyras alyvuogių aliejus (augalinis) L-120	2-1/6A	80	1.05	3.85	3.30	52.11
Kiauliena troškinta su ryžiais ir morkomis (tausojantis)	10-5/104T	120	9.68	6.75	12.78	150.59
Iš viso:			13.76	18.97	37.98	377.87

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bananiniai ir obuoliniai blynėliai	6-6/128V 1N	130	6.65	8.69	25.95	208.63
Nesaldintas jogurtas 10/10		10	0.43	0.39	0.48	7.15
Iš viso:			7.08	9.08	26.43	215.78
Iš viso (dienos davinio):			23.26	29.35	93.27	730.45

3 savaitė
penktadienis

LOPŠELIS 2-3 M. (EITMINIŠKĖS)

Tvirtinu:

Direktorė
Živilė Krasauskienė
2024.05.16
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:00 - 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sezoniniai vaisiai		100	0.54	0.40	11.84	53.12
Penkių grūdų dribsnių košė	006	150	5.97	5.68	25.05	175.18
Iš viso:			6.51	6.08	36.89	228.30

Pietūs 11:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kepti su garais jūros lydekos kukulaičiai (tausojantis)	9-7/141T	100	10.37	5.33	3.25	102.54
Šviežių kopūstų salotos	2- 1/1AGPV Vg 1N	60	0.85	3.37	3.06	45.95
Avinžirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1- 3/32ATG PVVg 1N	100	3.99	1.95	13.74	88.55
Virtos bulguro kruopos	3- 3/12ATG PcPVV	80	3.99	1.76	24.59	130.17
Obuolių-morkų sultys		120	0.00	0.36	10.80	46.44
Iš viso:			19.20	12.77	55.44	413.65

Vakarienė 16:00 - 16:40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Jogurtas 2,5 %rieb 30/40		40	1.72	1.56	1.92	28.60
Spelta miltų virtinukai su mėsa	79	120	13.61	10.80	21.95	239.49
Iš viso:			15.33	12.36	23.87	268.09
Iš viso (dienos davinio):			41.04	31.21	116.20	910.04