

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

KAUNO VAIŠVYDAVOS MOKYKLA
(Vaišvydo g. 28, LT-45486 Kaunas)

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

7-10 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7 iki 19 val.



Direktorius
Kastytis Rupšys



1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išei- ga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su svogūnais (augalinis, tausojantis)	1A	170	10,0	10,4	29,8	252,5
Virti kiaušiniai	18A	30	1,7	1,4	0,8	22,4
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną – kriaušės)	1VA	110	0,1	0,1	17,3	70,5
Iš viso:			11,8	11,9	47,9	345,4

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išei- ga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su bulvėmis, lęšiais (pagal sezoną) (augalinis, tausojantis)	1SR	150	3,8	6,2	27,2	179,0
Viso grūdo ruginė duona	1D	20	1,0	0,4	11,7	54,5
Keptos garuose vištienos šlaunelės (tausojantis)	2A	150	15,2	13,7	4,7	202,1
Bulvių košė (tausojantis)	3A	80	2,2	2,5	14,1	87,3
Daržovės (pagal sezoną, 3-jų rūšių)	1DA	90	1,1	0,5	11,3	54
Vanduo su citrina	2G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			23,2	23,1	68,9	576,7

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išei- ga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai (be įdaro) (pilno grūdo miltai)	4A	120	7,3	7,2	33,7	229,0
Trintos uogos	1P	40	0,2	0,2	12,5	52,7
Kefyras 2,5%, arba pienas 2,5%	3G	150	4,2	3,8	7,1	78,8
Iš viso:			11,8	11,2	53,3	360,4
Iš viso (dienos davinio):			46,8	46,1	170,1	1282,4


Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida
Raškauskienė 



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	
Manų kruopų košė su sėlenomis (pieniškas, tausojantis)	5A	180	9,9	10,4	28,1	245,9
Trintos uogos	1P	40	0,2	0,2	12,5	52,7
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną – apelsinai)	2VA	110	1,0	0,1	12,9	56,4
Iš viso:			11,1	10,8	53,4	355,0

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis)	2SR	150	3,2	4,2	25,2	151,2
Viso grūdo ruginė duona	1D	20	1,0	0,4	11,7	54,5
Maltas kalakutienos file kotletas (tausojantis)	6A	90	12,7	9,0	3,4	145,4
Grikių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)	29A	90	5,3	5,5	15,8	133,7
Daržovės (pagal sezoną, 3-jų rūšių)	1DA	100	0,1	2,4	10,8	65,2
Vanduo su citrina	2G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			22,3	21,5	66,9	550,0

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių kotletai su varške	7A	100/50	10,4	9,3	44,3	302,1
Grietinės- jogurto padažas su žolelėmis	2P	40	2,2	2,2	3,4	42,7
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			12,6	11,5	47,7	344,8
Iš viso (dienos davinio):			46,0	43,8	168,0	1249,8

 Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida Raškauskienė 



1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė su bananais (pieniškas, tausojantis)	8A	130/50	10,7	11,0	35,1	282,1
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną -kriaušės)	1VA	110	0,1	0,1	17,3	70,5
Iš viso:			10,8	11,1	52,4	352,6

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su pupelėmis (kalafiorai) (tausojantis, augalinis)	3SR	150	2,7	4,0	22,7	137,2
Plovas (vištienos šlaunelių mėsa) (tausojantis)	9A	120/60	16,4	13,5	32,9	318,4
Daržovių salotos (pagal sezoną, daržovės 3-jų rūšių)	1SA	100	0,1	2,4	15,2	82,8
Vanduo su citrina	2G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			19,2	19,9	70,7	538,4

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai ne saldus	10A	130	10,5	9,2	37,6	275,5
Trintos uogos	1P	40	0,2	0,2	12,5	52,7
Arbata	1G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			10,8	9,4	50,1	328,2
Iš viso (dienos davinio):			40,8	40,4	173,1	1219,1


Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida
Raškauskienė 



1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Griekių-kvietinių miltų blynėliai (pilno grūdo miltai)	14A	140	7,0	6,3	28,1	197,3
Grietinės- jogurto padažas	2P	30	1,1	0,8	2,6	21,5
Kefyras 2,5%, arba pienas 2,5%	3G	150	4,2	3,8	7,1	78,8
Vaisiai (pagal sezoną apelsinai)	2VA	100	0,9	0,1	11,7	51,3
Iš viso:			13,2	10,9	49,4	348,9

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su ryžiais (morkos, svogūnai) (tausojantis, augalinis)	5SR	150	4,7	3,8	22,8	143,6
Viso grūdo ruginė duona	1D	20	1,0	0,4	11,7	54,5
Žuvies maltinukas (jūros lydeka) (tausojantis)	15A	90	13,4	11,9	3,5	174,6
Miežinių kruopų košė su prieskoniais (tausojantis)	16A	80	4,6	4,7	15,4	122,8
Burokėlių salotos su moliūgų sėklomis ir aliejumi (augalinis)	2SA	80	0,7	1,7	10,2	59,1
Vanduo su citrina	2G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			24,5	22,4	63,7	554,5

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Forminė duona	2D	90	7,3	4,8	46,9	259,7
Tarkuotas fermentinis sūris 42%	2U	15	3,0	4,0	0,7	50,9
Trinti pomidorai	17A	20	0,3	0,0	4,7	19,9
Daiginta liucerna	3U	10	0,4	0,1	0,2	3,1
Arbata	1G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			11,0	8,9	52,5	333,6
Iš viso (dienos davinio):			48,7	42,2	165,6	1236,9

 Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida Raškauskienė 



2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (tausojantis)	18A	50	2,8	2,3	1,4	37,4
Daiginta liucerna	3U	20	0,8	0,1	0,4	6,1
Žimeliai konservuoti	1U	50	4,3	0,2	13,3	71,4
Viso grūdo ruginė duona	1D	30	1,6	0,6	17,6	81,7
Sviestas 82%	4U	6	0,4	4,9	0,5	47,6
Arbata	1G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną, bananai)	3VA	110	1,1	0,4	25,7	111,3
Iš viso:			10,9	8,5	58,9	355,6

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)	6SR	150	2,7	3,2	27,3	148,4
Troškinta kalakutiena (kalakutienos file) (tausojantis)	19A	90	14,6	11,3	13,6	213,9
Virti makaronai (tausojantis)	24A	90	3,7	3,5	22,6	136,7
Daržovių salotos (pagal sezoną, 3-jų rūšių daržovės)	3SA	90	0,1	2,2	6,1	44,3
Vanduo su citrina	2G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			21,1	20,1	69,6	543,3

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (pilno grūdo miltai)(tausojantis)	20A	120	10,2	10,8	36,1	282,5
Trintos uogos	1P	40	0,2	0,2	12,5	52,7
Arbata	1G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			10,4	11,0	48,6	335,2
Iš viso (dienos davinio):			42,4	39,6	177,1	1234,0

 Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida Raškauskienė 

2 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
3-jų grūdų kruopų košė (pieniškas, tausojantis)	21A	180	10,6	10,3	28,3	247,9
Trintos uogos	1P	40	0,2	0,2	12,5	52,7
Arbata	1G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną apelsinai)	2VA	110	1,0	0,1	12,9	56,4
Iš viso:			11,9	10,6	53,6	357,0

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	7 SR	150	2,1	3,2	29,7	155,8
Maltas kiaulienos šnicelis (kiaulienos mentė) (tausojantis)	22A	100	15,1	10,5	4,8	174,1
Grikių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)	29A	90	5,3	5,5	15,8	133,7
Daržovių salotos (pagal sezoną, 3-jų rūšių daržovės)	4SA	90	0,7	3,4	11,0	77,6
Vanduo su citrina	2G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			23,2	22,6	61,2	541,1

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varške	23A	110	7,8	8,9	22,1	199,9
Trintos uogos	1P	40	0,2	0,2	12,5	52,7
Grūdų traputis	5U	30	2,9	0,5	22,8	107
Arbata	1G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			11,0	9,6	57,4	360,0
Iš viso (dienos davinio):			46,1	42,8	172,2	1258,0

 Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida Raškauskienė 



2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai (kietųjų grūdų makaronai) (tausojantis)	24A	120	4,9	4,7	30,1	182,3
Trinta varške	23A	50	3,6	4,1	10,6	93,1
Arbata	1G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną bananai)	3VA	100	1,0	0,4	23,4	101,2
Iš viso:			9,5	9,1	64,1	376,5

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis, tausojantis)	8 SR	150	3,2	3,2	26,4	146,6
Viso grūdo ruginė duona	1D	30	1,6	0,6	17,6	81,7
Žuvies kepsnys maltas (lašiša) (tausojantis)	25A	90	12,5	11,3	2,3	160,3
Kvietinių kruopų koše (tausojantis)	32A	80	5,0	2,5	12,5	92,1
Daržovės (pagal sezoną, 3-jų rūšių)	1DA	80	1,0	0,4	8,5	42
Vanduo su citrina	2G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			23,2	17,9	67,2	522,1

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai (be įdaro)	4A	120	7,3	7,2	33,7	229,0
Trintos uogos	1P	40	0,2	0,2	12,5	52,7
Kefyras 2,5%, arba pienas 2,5%	3G	150	4,2	3,8	7,1	78,8
Iš viso:			11,8	11,2	53,3	360,4
Iš viso (dienos davinio):			44,4	38,1	184,6	1259,1


Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida
Pačkusienė 



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 (pieniškas, tausojantis)	26A	200	11,6	11,6	30,2	271,6
Trintos uogos	1P	40	0,2	0,2	12,5	52,7
Arbata	1G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną kriaušės)	1VA	110	0,1	0,1	17,3	70,5
Iš viso:			12,0	11,9	60,0	394,8

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba	10 SR	150	3,5	3,5	22,8	136,1
Daržovių troškiny su vištiena (vištienos file)	27A	105/55	16,2	13,0	29,6	299,7
Daržovių salotos (pagal sezoną, daržovės 3-jų rūšių)	5SA	100	0,7	2,2	14,5	80,6
Vanduo su citrina	2G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			20,3	18,6	66,9	516,3

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių blynai su virta jautiena (jautienos kumpis)	28A	85/45	11,1	10,4	45,8	320,8
Grietinės- jogurto padažas su žolelėmis	2P	40	2,2	2,2	3,4	42,7
Arbata	1G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			13,3	12,6	49,2	363,6
Iš viso (dienos davinio):			45,6	43,2	176,0	1274,7

 Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida Raškauskienė 



2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su prieskoniais (augalinis)	16A	200	11,6	11,8	38,6	307,0
Arbata	1G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną apelsinai)	2VA	110	1,0	0,1	12,9	56,4
Iš viso:			12,6	11,9	51,5	363,4

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais(augalinis, tausojantis)	11SR	150	4,7	4,7	24,3	157,7
Balandėliai (karališki) (kiaulienos sprandinė)(tausojantis)	30A	60/40	13,1	7,1	14,1	172,7
Grietinė 30%	6U	20	0,5	6,0	0,5	58,2
Daržovės (pagal sezoną, 3-jų rūšių)	1DA	80	0,6	0,0	8,6	36,8
Bulvių košė (tausojantis)	3A	70	1,9	2,2	12,3	76,4
Vanduo su citrina	2G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			20,7	19,9	59,9	501,8

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės - morkų apkepas	31A	130	13,8	12,0	43,6	337,0
Trintos uogos	1P	40	0,2	0,2	12,5	52,7
Arbata	1G	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			14,0	12,2	56,0	389,6
Iš viso (dienos davinio):			47,3	44,0	167,4	1254,8

 Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida Raškauskienė 

3 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išei- ga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su sėlenomis (pieniškas, tausojantis)	5A	200	11,0	11,6	31,2	273,2
Trintos uogos	1P	50	0,3	0,3	15,6	65,9
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną mandarinai)	2VA	110	1,0	0,1	12,9	56,4
Iš viso:			12,3	12,0	59,7	395,5

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išei- ga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių (arba špinatų) sriuba su lęšiais (tausojantis, augalinis)	12SR	150	4,2	4,7	14,7	117,5
Viso grūdo ruginė duona	1D	30	1,6	0,6	17,6	81,7
Paukštienos kepsneliai (vištienos krūtinėlė) (tausojantis)	33A	100	12,1	9,2	7,1	159,6
Ryžių košė su ciberžole (tausojantis)	34A	90	4,6	6,1	23,5	167,4
Daržovės (pagal sezoną, 3-jų rūšių)	1DA	100	0,3	0,5	12,6	56,1
Vanduo su citrina	2G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			22,8	21,0	75,5	582,2

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išei- ga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas	35A	140	14,1	12,7	39,3	328,6
Trintos uogos	1P	50	0,3	0,3	15,6	65,9
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			14,4	13,0	54,9	394,4
Iš viso (dienos davinio):			49,5	46,0	190,1	1372,2

Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida
Raškauskienė



3 savaitė
Antradienis
Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Forminė duona	2D	80	6,5	4,2	41,7	230,8
Tarkuotas fermentinis sūris 42%	2U	25	5,0	6,7	1,1	84,9
Trinti pomidorai	17A	20	0,3	0,0	4,7	19,9
Daiginta liucerna	3U	15	0,6	0,1	0,3	4,6
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (Pagal sezoną obuoliai)	4VA	110	0,4	0,1	14,9	62,2
Iš viso:			12,8	11,2	62,7	402,4

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis, augalinis)	8 SR	150	3,2	3,2	26,4	146,6
Viso grūdo ruginė duona	1D	30	1,6	0,6	17,6	81,7
Troškintas jautienos kumpis (tausojantis)	36A	100	13,5	11,5	2,0	165,5
Grikių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)	29A	90	5,3	5,5	15,8	133,7
Daržovės (pagal sezoną, 3-jų rūšių)	1DA	100	0,3	0,5	12,6	56,1
Vanduo su citrina	2G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			23,8	21,2	74,3	583,5

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	37A	120	9,2	9,4	35,4	262,8
Trintos uogos	1P	40	0,2	0,2	12,5	52,7
Kefyras 2,5%, arba pienas 2,5%	3G	150	4,2	3,8	7,1	78,8
Iš viso:			13,7	13,3	54,9	394,2
Iš viso (dienos davinio):			50,3	45,7	191,9	1380,1

 Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida Raškauskienė 



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	
Bananų blynėliai (pilno grūdo miltai)	38A	150	12,2	12,3	42,2	327,9
Trintos uogos	1P	50	0,3	0,3	15,6	65,9
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną obuoliai)	4VA	110	0,4	0,1	10,9	46,3
Iš viso:			12,9	12,7	68,6	440,1

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 bulvėmis (augalinis, tausojantis)	13SR	150	3,5	4,4	33,2	185,7
Kiaulienos kumpio maltinis (tausojantis)	12A	90	13,7	9,0	3,0	147,8
Miežinių kruopų košė su prieskoniais (tausojantis)	16A	100	5,8	5,9	19,3	153,5
Daržovės (pagal sezoną, 3-jų rūšių)	1DA	100	0,8	0,5	19,4	85,3
Vanduo su citrina	2G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			23,8	19,8	74,9	572,2

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varškė ir špinatais	39A	140	11,3	10,5	49,3	337,0
Grietinės- jogurto padažas	2P	50	2,8	2,8	4,3	53,4
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			14,1	13,3	53,5	390,4
Iš viso (dienos davinio):			50,8	45,7	197,0	1402,7


Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida
Raškauskienė 



3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas	13A	100	6,1	9,5	11,8	157,1
Žirmeliai konservuoti	1U	50	4,3	0,2	13,3	71,4
Viso grūdo ruginė duona	1D	20	1,0	0,4	11,7	54,5
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną, bananai)	3VA	110	1,1	0,4	25,7	111,3
Iš viso:			12,5	10,5	62,5	394,3

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (trinta) su brokoliais (augalinis, tausojantis)	14SR	150	4,2	6,5	27,8	185,9
Troškinta vištienos file (tausojantis)	40A	110	15,5	8,9	7,8	173,5
Grikių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)	29A	100	5,9	6,1	17,5	148,5
Daržovės (pagal sezoną, 3-jų rūšių)	1DA	100	0,3	0,5	15,8	68,9
Vanduo su citrina	2G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			25,9	22,0	68,9	576,7

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių-kvietinių miltų blynėliai (pilno grūdo miltai)	14A	160	8,0	7,2	32,2	225,4
Trintos uogos	1P	60	0,4	0,3	18,7	79,0
Kefyras 2,5%, arba pienas 2,5%	3G	150	4,2	3,8	7,1	78,8
Iš viso:			12,6	11,3	57,9	383,2
Iš viso (dienos davinio):			51,0	43,7	189,3	1354,2

Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida Raškauskienė



3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išei- ga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai (kietųjų grūdų makaronai)(tausojantis)	24A	150	6,2	5,9	37,7	227,9
Tarkuotas fermentinis sūris 42%	2U	20	4,0	5,4	0,9	67,9
Trinti pomidorai	17A	25	0,4	0,0	5,9	24,9
Daiginta liucerna	3U	15	0,6	0,1	0,3	4,6
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Vaisiai (pagal sezoną kriaušės)	1VA	110	0,1	0,1	17,3	70,5
Iš viso:			11,2	11,4	62,0	395,8

Pietūs 12,00 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išei- ga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Moliūgų sriuba su makaronais (tausojantis, augalinis)	15 SR	150	4,4	3,9	27,8	163,5
Žuvies maltinukas (jūros lydeka) (tausojantis)	15A	90	13,4	11,9	3,5	174,6
Miežinių kruopų košė su prieskoniais (tausojantis)	16A	100	5,8	5,9	19,3	153,5
Daržovės (pagal sezoną, 3-jų rūšių)	1DA	110	1,2	0,6	17,2	78,4
Vanduo su citrina	2G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			24,8	22,2	67,7	570,0

Vakarienė 15,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išei- ga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai su morkomis (pilno grūdo miltai)	41A	160	13,0	13,0	40,2	329,1
Trintos uogos	1P	50	0,3	0,3	15,6	65,9
Arbata	1G	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			13,3	13,2	55,8	395,0
Iš viso (dienos davinio):			49,3	46,9	185,5	1360,8

 Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida
Rāškauskienė 

ALERGENŲ SĄRAŠAS

1. Glitimo turintys javai (t. y. kviečiai, rugiai, miežiai, avižos, spelta, kamutas arba jų sukryžmintos atmainos) ir jų produktai, išskyrus:
 - a) kviečių pagrindu pagamintus gliukozės sirupus, turinčius dekstrozės (1);
 - b) kviečių pagrindu pagamintus maltodekstrinus (1);
 - c) miežių pagrindu pagamintus gliukozės sirupus;
 - d) javus, naudojamus alkoholio distiliatų, įskaitant žemės ūkio kilmės etilo alkoholį, gamybai.
2. Vėžiagyviai ir jų produktai.
3. Kiaušiniai ir jų produktai.
4. Žuvis ir jų produktai, išskyrus:
 - a) žuvies želatiną, naudojamą kaip vitaminų ar karotinoidų pagalbinę medžiagą;
 - b) žuvies želatiną ar žuvų kljus, naudojamus alaus ir vyno skaidrinimui.
5. Žemės riešutai ir jų produktai.
6. Sojų pupelės ir jų produktai, išskyrus:
 - a) rafinuotą sojų pupelių aliejų ir riebalus(1);
 - b) natūralių tokoferolių mišinius (E306), natūralų d-alfa tokoferolį, natūralų d-alfa tokoferolacetatą, natūralų sojų pupelių d-alfa tokoferolio sukecinatą;
 - c) iš sojų pupelių aliejaus gautus fitosterolius fitosterolio esterius;
 - d) augalinių stanolių esterius, pagamintus iš sojų pupelių aliejaus sterolių.
7. Pienas ir jo produktai(įskaitant laktozę) išskyrus:
 - a) išrūgas, naudojamas alkoholio distiliatų, įskaitant žemės ūkio kilmės etilo alkoholį, gamybai;
 - b) laktitolį.
8. Riešutai, t. y. migdolai (*Amygdalus communis*L.), lazdyno riešutai (*Gorylus avellana*), graikiniai riešutai (*Juglans regia*), anakardžiai (*Anakardium occidentale*), pekaninės karijos (*Cary illinoensis* (*Wangenh.*) K. Koch), brazilinės bertoletijos (*Bertholletia excelsa*), pistacijos (*Pistacia vera*) makadamijos ar Kvinslendo riešutai (*Macadamia ternifolia*) ir jų produktai, išskyrus riešutus, naudojamus alkoholio distiliatų, įskaitant žemės ūkio kilmės etilo alkoholį, gamybai.
9. Salierai ir jų produktai.
10. Garstyčios ir jų produktai.
11. Sezamo sėklos ir jų produktai.
12. Sieros dioksidas ir sulfitai, kurių koncentracija didesnė kaip 10 mg/kg arba 10 mg/l, visame SO₂ skaičiuojami paruoštiems vartoti produktams, atgamintiems pagal gamintojų nurodymus.
13. Moliuskai ir jų produktai. LT 2011 11 22 Europos Sąjungos oficialus leidinys L 304/43.

(1) Ir iš jų gauti produktai, jei dėl apdorojimo proceso nepadidėja tarnybos įvertintas atitinkamo produkto, iš kurio jie gauti, alergiskumo lygis.


Direktorius
Kastytis Rupšys

Ingrida
Raškauskienė


Ingrida
Raškauskienė
