

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

Tauragės lopšelis-darželis "Pušelė"

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos (įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios
apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

20

(nurodyti dienų skaičių)

DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3

(nurodyti amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 6.00 iki 18.00 val.

1 savaitė
Pirmadienis



Tvirtina: Direktoriė Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr.1

2025-01-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė (Tausojantis)	K-14	150	5,23	5,51	24,80	169,68
Avižinis sausainis	U-16	20	1,50	3,90	13,06	93,34
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,73	9,41	37,86	263,02

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuolys	U-8	150	0,60	0,15	14,70	62,55
Iš viso:			0,60	0,15	14,70	62,55

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų šviežių/raugintų sriuba (Tausojantis, augalinis)	S-6	100	0,86	2,05	4,86	41,41
Grietinė 30%	P-1	4	0,10	1,20	0,11	11,65
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Orkaitėje keptas jautienos kukulis (Tausojantis)	Ant.-31	80	14,33	5,84	7,70	140,75
Bulvių košė (Tausojantis)	Gar-7	80	1,20	1,95	9,70	61,06
Pomidorų salotos su grietine 30%	Sal-6	70	0,80	4,22	2,70	52,02
Šviežios daržovės (agurkai)	Sal-5	30	0,24	0,03	0,78	4,35
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			18,71	16,77	33,40	359,48

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (Tausojantis)	Vak-10	100	12,88	6,80	21,12	197,11
Trintos braškės su cukrumi	U-8	50	0,25	0,00	10,46	42,86
Pienas 2,5%	Gr.-5	150	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso:			17,33	10,55	38,63	318,72
Viso:			43,37	36,88	124,59	1003,77

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė

I savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktoriė Jovita Kiržgalvienė



Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų biri košė (Tausojantis)	K-3	150	4,68	5,08	35,47	206,24
Mėsos- grietinės padažas	P - 20	20	2,32	3,80	0,64	46,08
Traputis	U - 2	10	1,16	0,21	7,44	32,23
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,16	9,09	43,55	284,55

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mandarinai	U-8	150	1,05	0,45	14,10	64,65
Iš viso:			1,05	0,45	14,10	64,65

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su vištienos file gabaliukais (Tausojantis)	S-22	100	6,76	2,51	7,91	81,13
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Virtų bulvių cepelinai su varške 9% (Tausojantis)	Ant.-1	90/50	9,54	5,26	28,73	200,48
Sviesto-grietinės padažas	P-3	15	0,27	7,88	0,33	73,32
Morkų lazdelės (Tausojantis, augalinis)	Sal.-14	40	0,40	0,04	2,24	10,92
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			18,15	17,17	46,76	414,09

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniškų dešrelės	U - 6	70	9,24	13,2	0,26	156,82
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Šviežios daržovės (agurkai)	Sal-5	50	0,40	0,05	1,30	7,25
Konservuoti žirneliai	Sal - 25	10	0,31	0,02	0,71	4,26
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,13	14,75	9,07	213,57
Viso:			38,49	41,46	113,48	976,86

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebeliene

Rūta

1 savaitė
Trečiadienis



Tvirtinu, Direktorė Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr. 1

2025-01-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (Tausojantis)	Vak-11	100	7,32	11,29	4,89	150,46
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Agurkas / pomidoras	Sal-5	30	0,24	0,03	0,78	4,35
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,74	12,8	12,47	200,05

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vynuogės	U-8	100	0,70	0,40	17,60	76,80
Iš viso:			0,70	0,40	17,60	76,80

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (Augalinis, Tausojantis)	S-13	100	0,85	2,09	3,74	37,06
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Kalakutienos plovos (Tausojantis)	Ant-32	110/60	20,65	13,55	25,43	353,73
Raugintas agurkas (Augalinis)	Sal-4	30	0,84	0,00	0,39	4,92
Šviežios daržovės (Augalinis)	Sal-22	50/15/5	0,52	0,05	2,10	12,85
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	5,00
Iš viso:			24,04	17,17	39,21	458,80

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	Vak-1	100	10,43	11,63	35,24	261,4
Uogienė	U-13	10	0,03	0,00	7,46	29,96
Jogurtas 3,5%	P-2	65	3,25	0,98	2,28	30,88
Arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			13,71	12,61	44,98	322,24
Viso:			47,19	42,98	114,26	1057,89

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

Rūta Žebelienė

1 savaitė
Ketvirtadienis



Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga ,g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė kruopų košė (Tausojantis ,augalinis)	K-13	150	4,16	3,14	17,73	114,26
Sumuštinis su virta dešra	U-9	20/50	4,28	8,59	10,54	132,01
Razinos	U-12	10	0,05	0,00	0,97	4,08
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,49	11,73	29,24	250,354

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga ,g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kivi	U-8	85	0,77	0,34	12,58	56,44
Iš viso:			0,77	0,34	12,58	56,44

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga ,g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (Tausojantis, augalinis)	S-10	100	6,59	2,47	17,10	116,96
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Lašišos file kepsnelis	Ant-28	60	11,32	12,07	2,97	165,82
Virtos bulvės (Tausojantis)	Gar-1	80	1,12	0,08	11,04	49,36
Burokėlių salotos (Tausojantis, augalinis)	Sal-3	60	0,90	2,01	5,44	43,48
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			21,11	18,11	44,10	423,86

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga ,g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė	U-7	60	4,14	3,54	36,3	193,62
Pieno kokteilis	Gr-7	100	1,86	1,19	9,57	56,42
Iš viso:			6,00	4,73	45,87	250,04
Viso:			36,37	34,91	131,79	980,69

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

Rūta Žebelienė

1 savaitė
Penktadienis



[Handwritten signature]

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga ,g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų tiršta košė (Tausojantis)	K-4	150	5,82	5,20	30,55	192,24
Sumuštinis su varškes sūriu 22%	U-9	20/5/20	10,41	8,62	10,75	124,13
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,23	13,82	41,3	316,37

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga ,g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apelsinas	U-8	100	0,90	0,20	11,00	49,40
Iš viso:			0,90	0,20	11,00	49,40

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga ,g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (Augalinis, tausojantis)	S-8	100	0,73	2,02	6,39	46,72
Grietinė 30%	P-1	4	0,10	1,20	0,11	11,65
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Kiaulienos maltinis (virtas garuose) (Tausojantis)	Ant-14	80	20,19	12,78	3,55	209,86
Virtos bulvės (Tausojantis, augalinis)	Gar-1	80	1,12	0,08	11,04	49,36
Šv.daržovių lėkštė (Tausojantis, augalinis)	Sal-22	50/15/5	0,52	0,05	2,10	12,85
Sviesto - grietinės padažas	P-3	15	0,27	7,88	0,33	73,32
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	5,00
Iš viso:			24,11	25,49	31,07	454,00

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba (Tausojantis)	S-21	150	3,69	3,80	13,84	104,20
Sumuštinis duona su sviestu 82%	U-21	55	3,88	6,45	21,58	159,88
Iš viso:			7,57	10,25	35,42	264,08
Viso:			48,81	49,76	118,79	1083,85

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė

2 savaitė
Pirmadienis



Tvirtina: Direktoriė Jovita Kiržgalvienė

Dokumentas Nr. 6

2025-01-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų kruopų košė (Tausojantis)	K-8	150	5,84	3,90	22,71	149,18
Sumuštinis su fermentiniu sūriu 45%	U-9	20/30	6,28	9,36	6,80	134,11
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,12	13,26	29,51	283,29

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apelsinas	U-8	100	0,90	0,20	11,00	49,40
Iš viso:			0,90	0,20	11,00	49,40

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių sriuba (Tausojantis, augalinis)	S-9	100	2,20	2,17	7,87	59,67
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Karališki balandėliai (Tausojantis)	Ant.-26	80	12,95	18,85	6,02	245,52
Virtos bulvės (Tausojantis)	Gar-1	80	1,12	0,08	11,04	49,36
Šviežių daržovių lėkštė (Tausojantis, augalinis)	Sal-22	50/15/5	0,52	0,05	2,10	12,85
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			17,97	22,63	34,58	415,64

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės - ryžių apkepas (Tausojantis)	Vak-2	150	16,54	13,42	16,68	253,52
Uogienė	U-13	10	0,03	0,00	7,46	29,96
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,57	13,42	24,14	283,48
Viso:			47,56	49,51	99,23	1031,81

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelinė

R. Žebelinė

2 savaitė
Antradienis



Tvarka: Direktore Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr.7

2025-01-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė (Tausojantis)	K-2	150	3,78	4,86	26,86	166,31
Avižinis sausainis	U-16	20	1,50	3,90	13,06	93,34
Razinos	U-12	10	0,05	0,00	0,97	4,08
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			5,33	8,76	40,89	263,734

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kriaušė	U-8	140	0,60	0,45	14,25	63,45
Iš viso:			0,60	0,45	14,25	63,45

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ukrainietiški barščiai (Tausojantis, augalinis)	S-7	100	0,89	2,03	6,28	46,98
Grietinė 30%	P-1	4	0,10	1,20	0,11	11,65
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Virtinukai su varške 9% (Tausojantis)	Ant-19	150	17,23	7,65	35,09	277,98
Trintos uogos	U-8	50	0,25	0,00	10,46	42,86
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	5,00
Iš viso:			19,65	12,36	59,49	429,71

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (Tausojantis)	Vak-11	120	9,14	14,12	6,19	188,25
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Agurkas / pomidoras	Sal-5	50	0,40	0,05	1,30	7,25
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,72	15,65	14,29	240,74
Viso:			36,30	37,22	128,92	997,63

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebeliene

2 savaitė
Trečiadienis



Tvirtina: Direktoriė Jovita Kiržgalvienė

Documentas Nr.8

2023-01-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė (Tausojantis)	K-17	150	6,18	4,56	27,00	173,61
Mėsos - grietinės padažas	P-5	20	2,32	3,80	0,64	46,08
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,5	8,36	27,64	219,69

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grūdėtoji varškė	U-22	75	6,45	3,00	7,50	82,80
Obuolys	U-8	75	0,30	0,07	7,35	31,27
Iš viso:			8,40	3,13	14,85	114,07

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba (Augalinis, tausojantis)	S-4	100	1,17	2,44	4,32	43,99
Grietinė 30%	P-1	4	0,10	1,20	0,11	11,65
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Vištienos file kepinukas (kepinas keptuvėje)	Ant-2	80	12,89	13,73	6,06	183,19
Virti pilno grūdo makaronai (Tausojantis)	Gar-5	80	3,87	0,65	25,17	122,04
Šviežių daržovių lėkštė (Tausojantis, augalinis)	Sal-23	50/15/5	0,89	0,11	2,20	13,24
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			20,10	19,61	45,41	422,35

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	Vak-1	100	10,43	11,63	35,24	261,4
Uogienė	U-13	10	0,03	0,00	7,46	29,96
Pienas 2,5%	Gr.-5	150	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso:			14,66	15,38	49,75	370,11
Viso:			51,66	46,48	137,65	1126,22

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelinė

R. Žebelinė

2 savaitė
Ketvirtadienis



Išvirkau, Direktore Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr.9

2025-03-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (Tausojantis)	K-15	150	4,30	3,12	17,19	112,48
Sumuštinis su virta dešra	U-9	20/5/45	4,28	8,59	10,54	132,01
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,58	11,71	27,73	244,49

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bananas	U-8	130	1,95	0,13	27,3	118,17
Obuolys	U-8	150	0,60	0,15	14,70	62,55
Iš viso:			2,55	0,28	42,00	180,72

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (Augalinis, tausojantis)	S-10	100	6,59	2,47	17,10	116,96
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Jūros lydekų file maltinukas (Tausojantis)	Ant-17	60	10,73	8,73	5,62	143,01
Virtos bulvės (Tausojantis)	Gar-1	80	1,12	0,08	11,04	49,36
Burokėlių salotos (Augalinis, tausojantis)	Sal-3	60	0,90	2,01	5,44	43,48
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			20,52	14,77	46,75	401,05

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai (Tausojantis)	Gar-5	100	4,84	0,81	31,46	152,54
Mėsos- grietinės padažas	P - 20	20	2,32	3,80	0,64	46,08
Traputis	U-2	10	1,16	0,21	7,44	32,23
Kmynų arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,32	4,82	39,54	230,85
Viso:			39,97	31,58	156,02	1057,11

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelinė

Rūta Žebelinė



Virtinai. Direktori Jovita Kiržgalvienė

Dokumentas Nr.10

2025-01-30

2 savaitė
Penktadienis

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų dribsniai su pienu 2,5% (Tausojantis)	U-20	150	3,99	4,65	31,44	183,57
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,99	4,65	31,44	183,57

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Melionas	U-8	100	1,00	0,00	8,00	40,00
Apelsinas	U-8	100	0,90	0,20	11,00	49,40
Iš viso:			1,90	0,20	19,00	89,40

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (Augalinis, tausojantis)	S-8	100	0,73	2,02	6,39	46,72
Grietinė 30%	P-1	4	0,10	1,20	0,11	11,65
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Kiaulienos maltinukas su fermentiniu sūriu 45% (Tausojantis)	Ant-13	80	15,45	21,56	3,68	270,48
Virtos bulvės (Tausojantis)	Gar-1	80	0,54	2,07	1,63	29,23
Pomidorų salotos (Augalinis,tausojantis)	Sal-11	70	0,54	2,07	1,63	29,23
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			18,54	30,40	20,99	435,55

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba (Tausojantis)	S-21	150	3,69	3,80	13,84	104,20
Sumuštinų batonas su sviestu 82%	U-21	55	3,88	6,46	21,58	159,88
Plėšomos sūrio lazdelės PIK NIK	U-19	20	5,34	4,16	0,00	58,80
Iš viso:			12,91	14,42	35,42	322,88
Viso:			37,34	49,67	106,85	1031,40

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebeliene

Rūta

3 savaitė
Pirmadienis



Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su vaisiais (Tausojantis)	K-1	105/45	4,88	3,40	27,38	158,06
Traputis	U-2	10	1,16	0,21	7,44	32,23
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,04	3,61	34,82	190,29

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mandarinai	U-8	100	0,70	0,30	9,40	43,10
Iš viso:			0,70	0,30	9,40	43,10

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba (Augalinis, tausojantis)	S-13	100	1,11	2,11	7,71	54,29
Grietinė 30%	P-1	4	0,10	1,20	0,11	11,65
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Kiaulienos maltinis (virtas garuose) (Tausojantis)	Ant-14	80	20,19	12,78	3,55	209,86
Biri grikių košė (Tausojantis)	K-3	60	1,87	2,24	14,19	84,37
Morkų, obuolių, salierų salotos (Augalinis, tausojantis)	Sal-20	70	0,73	0,13	5,44	25,79
Sviesto - grietinės padažas	P-3	15	0,27	7,88	0,33	73,32
Raugintas agurkas	Sal-4	30	0,84	0,00	0,39	4,92
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			26,29	27,82	39,27	512,44

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (Tausojantis)	Vak-10	100	12,88	6,8	21,12	197,11
Trintos uogos su cukrumi	U-8	50	0,25	0,00	10,46	42,86
Natūralus jogurtas 2,5%	P-2	50	2,50	0,75	1,75	28,85
Kmyną arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,63	7,55	33,33	268,82
Viso:			48,66	39,28	116,82	1014,65

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelenė *R. Žebelenė*

3 savaitė
Antradienis



Tyrimų Direktorė Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr.12

2025-01-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų dribsniai su pienu 2,5% (Tausojantis)	U-20	150	3,99	4,65	31,44	183,57
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			3,99	4,65	31,44	183,57

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Natūralus jogurtas 2,5%	P-2	65	3,25	0,98	2,28	37,51
Obuolys	U-8	75	0,30	0,07	7,35	31,27
Iš viso:			3,55	1,05	9,63	68,78

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvienė (Tausojantis, augalinis)	S-2	100	1,11	2,06	7,74	53,89
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (virta) (Tausojantis)	Ant-29	110/45	8,54	9,55	28,20	232,95
Blanširuotas brokolis	Sal-24	60	1,74	0,18	3,00	20,58
Grietinės-jogurto padažas	P-6	15	0,47	4,23	0,86	43,28
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			13,04	17,50	47,35	398,94

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais (varške 9%)	Vak-1	100	10,43	11,63	35,24	261,4
Trintos uogos su cukrumi	U-8	50	0,25	0,00	10,46	42,86
Pienas 2,5%	Gr.-5	150	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso:			14,88	15,38	52,75	383,01
Viso:			35,46	38,58	141,17	1034,30

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

3 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorė Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr. 43

2025-01-30



Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (Tausojantis)	K-16	150	4,62	5,01	30,46	185,39
Avižinis sausainis	U-16	20	1,50	3,90	13,06	93,34
Razinos	U-12	10	0,05	0,00	0,97	4,08
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,17	8,91	44,49	282,81

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vynuogės	U-8	100	0,70	0,40	17,60	76,80
Iš viso:			0,70	0,40	17,60	76,80

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių/raugintų kopūstų sriuba (Tausojantis, augalinis)	S-6	100	0,86	2,05	4,86	41,41
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Kalakutienos maltinukas (Tausojantis)	Ant-21	80	15,41	10,09	6,20	224,77
Virtos bulvės (Tausojantis)	Gar-1	80	1,12	0,08	11,04	49,36
Pekino kopūstų salotos (Augalinis, tausojantis)	Sal-2	100	1,15	2,10	2,74	34,40
Pomidoras	Sal-5	20	0,12	0,00	0,80	3,68
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			19,84	15,80	33,19	401,86

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su svogūnais ir morkomis (Augalinis, tausojantis)	K-11	150	6,31	4,99	47,4	259,74
Mėsos-grietinės padažas	P-5	20	2,32	3,80	0,64	46,08
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,63	8,79	48,04	305,82
Viso:			35,34	33,90	143,32	1067,29

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė

3 savaitė
Ketvirtadienis



Tvirtina: Direktora Jovita Kiržgalvienė
Dokumento Nr.14
2025-01-30

[Handwritten signature]

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (Tausojantis)	K-18	150	4,01	8,39	24,19	188,21
Sumuštinis su fermentiniu sūriu 45%	U-9	20/25	6,29	11,01	6,83	149,11
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,30	19,40	31,02	337,32

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kriaušė	U-8	150	0,60	0,45	14,25	63,45
Iš viso:			0,60	0,45	14,25	63,45

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su daržovėmis (Augalinis, Tausojantis)	S-14	100	1,59	2,58	4,60	113,48
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Lašišos file kepinukas	Ant-28	60	11,32	12,07	2,97	165,82
Virtos bulvės (Tausojantis)	Gar-1	80	1,12	0,08	11,04	49,36
Burokėlių salotos (Augalinis,tausojantis)	Sal-3	60	0,90	2,01	5,44	43,48
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			16,11	18,22	31,60	420,38

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė	U-7	60	4,14	3,54	36,3	193,62
Pieno kokteilis	Gr-6	100	1,86	1,19	9,57	56,42
Iš viso:			6,00	4,73	45,87	250,04
Viso:			33,01	42,80	122,74	1071,19

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebeliene

[Handwritten signature]

3 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktori Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr. 13

2025-01-30

Spėjimas-darbas „Pušelis“

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų košė su cinamonu (Tausojantis)	K-4	150	5,82	5,20	30,55	192,24
Sumuštinis su varškės sūriu 22%	U-9	20/25	10,41	8,62	10,75	124,13
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,23	13,82	41,3	316,37

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bananai	U-8	130	1,95	0,13	27,30	118,17
Iš viso:			1,95	0,13	27,30	118,17

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (Augalinis, tausojantis)	S-8	100	0,73	2,02	6,39	46,72
Grietinė 30%	P-1	4	0,10	1,20	0,11	11,65
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Ryžių plovai su kiauliena (Tausojantis)	Ant-8	50/50	21,42	15,57	19,76	304,71
Raugintas agurkas	Sal-4	30	0,84	0,00	0,39	4,92
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			24,27	20,27	34,20	416,24

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (Tausojantis)	Vak-11	120	9,14	14,12	6,19	188,25
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Agurkas / pomidoras	Sal-5	50	0,40	0,05	1,30	7,25
Kmylių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,72	15,65	14,29	240,74
Viso:			53,17	49,87	117,09	1091,52

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelinė

R. Žebelinė

4 savaitė
Pirmadienis



Tvirtina: Direktoriė Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr.16

2025-01-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (Tausojantis)	K-18	150	4,01	8,39	24,19	188,21
Sūrio lazdelės PIK NIK	U-19	20	5,34	4,16	0,00	58,80
Moliūgų/saulėgrąžų sėklos	U-8	10	2,40	4,50	1,40	55,70
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,75	17,05	25,59	302,71

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuolys	U-8	150	0,60	0,15	14,70	62,55
Iš viso:			0,60	0,15	14,70	62,55

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su pomidorais (Augalinis, Tausojantis)	S-20	100	3,80	2,31	17,89	107,48
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Orkaitėje keptas jautienos kukulis(Tausojantis)	Ant.-31	80	14,33	5,84	7,70	140,75
Virtos bulvės (Tausojantis, augalinis)	Gar-1	80	1,12	0,08	11,04	49,36
Agurkų, cukinijų salotos (Augalinis,tausojančios)	Sal-19	70	0,72	2,08	2,40	31,11
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	5,00
Iš viso:			21,15	11,79	46,58	378,94

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės - ryžių apkepas (Tausojantis)	Vak-2	150	16,54	13,42	16,68	253,52
Uogienė	U-13	10	0,03	0,00	7,46	29,96
Natūralus jogurtas 3,8%	P-2	50	2,5	0,75	1,75	23,75
Kmynų arbata be cukraus	Gr.-3	200	1,25	0,38	0,88	11,88
Iš viso:			20,32	14,55	26,77	319,11
Viso:			53,82	43,54	113,64	1063,31

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė

4 savaitė
Antradienis



Tvirtina: Direktorė Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr.17

2023-01-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų pienoška košė (Tausojantis)	K-5	150	5,38	5,64	28,36	185,62
Desertinis varškės sūris su žele gabaliukais	U-18	30	2,55	2,10	6,48	55,02
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,93	7,74	34,84	240,64

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mandarinai	U-8	100	0,70	0,30	9,40	43,10
Iš viso:			0,70	0,30	9,40	43,10

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių sriuba (Tausojantis, augalinis)	S-9	100	2,20	2,17	7,87	59,67
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
"Žemaičių blynai" su virta kiauliena	Ant-18	100	5,55	10,67	19,68	196,93
Grietinė 30%	P-1	25	0,65	7,50	0,68	72,80
Morkų lazdelės	Sal-14	40	0,40	0,04	2,24	10,92
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			9,98	21,86	38,02	388,56

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai su fermentiniu 45% sūriu (Tausojantis)	Vak-13	150	9,81	9,04	40,48	282,32
Mėsos-grietinės padažas	P-5	20	2,32	3,80	0,64	46,08
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,13	12,84	41,12	328,40
Viso:			30,74	42,74	123,38	1000,70

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelinė

R. Žebelinė

4 savaitė
Trečiadienis



Virtimų Direktoriė Jovita Kiržgalvienė
Dokumentas Nr. 18
2025-01-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė su pienu (Tausojantis)	K-14	150	5,23	5,51	24,80	169,68
Sumuštinis su virta dešra	U-9	20/5/45	4,28	8,59	10,54	132,01
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,51	14,1	35,34	301,69

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kriaušė	U-8	140	0,56	0,42	13,30	59,22
Iš viso:			0,56	0,42	13,30	59,22

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ukrainietiški barščiai (Tausojantis, augalinis)	S-7	100	0,89	2,03	6,28	46,98
Grietinė 30%	P-1	4	0,10	1,20	0,11	11,65
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Vištienos kepinukas (Tausojantis)	Ant-2	80	12,89	13,73	6,06	183,19
Virti ryžiai (Tausojantis)	Gar-2	60	1,46	1,78	16,10	86,18
Šviežių salotų lėkštė (Tausojantis, augalinis)	Sal-23	50/15/5	0,89	0,11	2,20	13,24
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			17,41	20,33	38,30	389,48

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (Tausojantis)	Vak-12	150	20,23	9,94	30,94	294,28
Natūralus jogurtas 3,8%	P-2	50	2,50	0,75	1,75	28,85
Trintos uogos su cukrumi	U-8	50	0,25	0,00	10,46	42,86
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			22,98	10,69	43,15	365,99
Viso:			50,46	45,54	130,09	1116,38

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebeliene R. Žebeliene

4 savaitė
Ketvirtadienis



Tvirtinanti Direktorė Jovita Kiržgalvienė
Dokumento Nr.19
2023-01-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (Tausojantis)	V-11	100	7,32	11,29	4,89	150,46
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Pomidoras	U-9	20	0,12	0,00	0,80	3,68
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,62	12,77	12,49	199,38

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grūdėtoji varškė	U-22	75	6,45	3,00	7,50	82,80
Obuolys	U-8	100	0,40	0,10	9,80	41,70
Iš viso:			6,85	3,10	17,30	124,50

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvienė (Augalinis, Tausojantis)	S-2	100	1,11	2,06	7,74	53,89
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Jūros lydekų maltinukas (Tausojantis)	Ant-17	60	10,73	8,73	5,62	143,01
Virtos bulvės (Tausojantis)	Gar-1	80	1,12	0,08	11,04	49,36
Burokėlių salotos (Augalinis, tausojantis)	Sal-3	60	0,90	2,01	5,44	43,48
Agurkas	Sal-5	30	0,24	0,03	0,78	4,35
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			15,28	14,39	38,17	342,33

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais (varškė 9%)	Vak-1	100	10,43	11,63	35,24	261,4
Trintos uogos su cukrumi	U-8	50	0,25	0,00	10,46	42,86
Pienas 2,5%	Gr.-5	150	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso:			14,88	15,38	52,75	383,01
Viso:			45,63	45,64	120,71	1049,22

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebeliene

R. Žebeliene

4 savaitė
Penktadienis



Tvirtina: Direktorė Jovita Kiržgalvienė

Dokumentas Nr.20

2023-01-30

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (Tausojantis)	K-15	150	4,30	3,12	17,19	112,48
Avižinis sausainis	U-16	20	1,50	3,90	13,06	93,34
Kakava	Gr.-4	150	2,83	2,41	9,35	70,29
Iš viso:			8,63	9,43	39,6	276,11

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Išeiga, g
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kivi	U-8	85	0,77	0,34	12,58	56,44
Iš viso:			0,77	0,34	12,58	56,44

Maitinimas 11 val.45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Išeiga, g
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (Augalinis, tausojantis)	S-8	100	0,73	2,02	6,39	46,72
Grietinė 30%	P-1	4	0,10	1,20	0,11	11,65
Duona	U-2	20	1,18	1,48	6,80	45,24
Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (Tausojantis)	Ant-25	70	17,07	25,64	0,78	255,49
Virtos bulvės (Tausojantis)	Gar-1	80	1,12	0,08	11,04	49,36
Šviežių daržovių lėkštė (Tausojantis, augalinis)	Sal-22	50/15/5	0,52	0,05	2,10	12,85
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			20,72	30,47	27,97	424,31

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba (Tausojantis)	S-21	150	3,69	3,80	13,84	104,20
Razinos	U-12	10	0,05	0,00	0,97	4,08
Bandelė	U-7	60	4,14	3,54	36,30	193,62
Iš viso:			7,83	7,34	50,14	297,82
Viso:			37,95	47,58	130,29	1054,68

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė