

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

Tauragės lopšelis-darželis "Pušėlė"

(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 m. vaikai

(nurodyti amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 06 iki 18.0 val.

1 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinui: Direktore Jovita Kiržgalvienė

Dokumentas Nr.1

2026-01-26

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	20/25	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:			12,13	14,91	29,54	298,29

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	1,80	0,00	8,20	44,04
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 apelsinais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			18,59	21,15	35,98	414,44

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 - ryžių apkepas (Tausojantis)	Vak-2	150	16,54	13,42	16,68	253,52
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:			16,79	13,42	27,14	296,38
Viso:			48,41	49,68	103,66	1058,51

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelenė

R. Žebelenė

1 savaitė
Antradienis

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	
Vaisių salotos	Sal-26	100	2,45	1,14	8,98	55,83
Iš viso:			2,45	1,14	8,98	55,83

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	1,80	0,00	8,20	44,04
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
Morkų lazdelės (keptos)	Sal-14	40	0,40	0,04	2,24	10,92
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	5,00
Iš viso:			20,67	10,92	63,13	439,43

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	1,80	0,00	8,20	44,04
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:			11,34	14,17	15,69	239,54
Viso:			39,79	34,99	128,69	998,53

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelinė

R. Žebelinė

1 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinai: Direktore Jovita Kirzgalvienė



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
Traputis (grikių, ryžių, kviečių)	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:			9,66	8,57	35,08	251,92

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	75	0,30	0,07	7,35	31,27
Iš viso:			8,40	3,13	7,35	31,27

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 kruopų sriuba su pomidorais (Augalinis, tausojantis)	S-20	100	3,80	2,31	17,89	107,48
Duona	U-2	20	1,80	0,00	8,20	44,04
Vištienos file kepinukas (kepimas 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:			23,25	16,80	60,27	472,99

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	6,63	9,55	37,22	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:			11,08	13,30	54,73	383,01
Viso:			52,39	41,80	157,43	1139,19

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebeliene

R. Žebeliene

Tvirtinui: Direktoriė Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr. 4

2026-01-26

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	
Kvietinių kruopų košė (Tausojantis)	K-15	150	4,30	3,12	17,19	112,48
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:			10,59	14,13	24,02	261,59

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	
Žirnių sriuba (Augalinis, tausojantis)	S-10	100	6,59	2,47	17,10	116,96
Duona	U-2	20	1,80	0,00	8,20	44,04
Jūros lydekų file kepinukas	Ant-6	60	10,29	5,99	2,97	106,89
Garuose keptos bulvių puselės (Tausojantis)	Gar-9	70	0,99	2,24	9,70	65,89
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:			20,57	12,71	44,16	380,26

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
Sviesto- grietinės padažas	P - 3	20	0,36	10,51	0,44	97,77
Traputis (grikių, ryžių, kviečių)	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:			21,75	20,66	38,82	424,28
Viso:			53,51	47,65	121,70	1128,68

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė

1 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktore 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 košė su morkomis ir svogūnais (Tausojantis)	K-11	150	6,31	4,99	47,40	259,74
Mėsos - grietinės padažas	P-5	20	2,32	3,80	0,64	46,08
Traputis (ryžių, kviečių, grikių)	U-2	20	1,50	3,90	13,06	93,34
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,13	12,69	61,1	399,16

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
Iš viso:			1,00	0,00	8,00	40,00

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	1,80	0,00	8,20	44,04
Ryžių plovai su kiauliena (Tausojantis)	Ant-8	50/50	21,42	15,57	19,76	304,71
Šviežių daržovių lėkštė (Augalinis, tausojantis)	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:			24,57	18,84	37,31	422,97

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
Sumuštiniai 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:			48,61	45,95	141,83	1185,01

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė

2 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinuz Direktore 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	
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	1,80	0,00	8,20	44,04
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
Šviežių kopūstų - morkų salotos	Sal-1	70	1,04	2,07	3,74	37,72
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:			19,57	13,14	35,84	343,98

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
Sviesto-grietinės padažas	P-3	15	0,27	7,88	0,33	73,32
Pienas 2,5%	Gr.-5	150	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso:			17,35	18,43	28,50	349,18
Viso:			44,25	41,13	116,90	1018,73

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė

2 savaitė
Antradienis

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 (grikių,ryžių,kviečių)	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	1,80	0,00	8,20	44,04
Virtų bulvių cepelinai su varške 9%(virta mėsa) (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:			18,77	15,69	48,16	412,89

Maitinimas 15 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	K-4	150	5,82	5,2	30,55	192,24
Desertinė varškė su žele gabaliukais	U-18	30	2,55	2,10	6,48	55,02
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,37	7,30	37,03	247,26
Viso:			36,35	32,53	142,84	1009,35

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė

2 savaitė
Trečiadienis



Tvirtina, Direktorė Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr.8

2026-01-26 koreguotas 2026-03-05

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)	K-13	150	4,68	3,21	21,28	131,11
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:			9,01	11,8	32,79	267,204

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vaisių salotos	Sal-26	100	2,45	1,14	8,98	55,83
Iš viso:			2,45	1,14	8,98	55,83

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	1,80	0,00	8,20	44,04
Ryžių plovos su kalakutiena	Ant-32	110/60	19,21	19,47	25,43	353,73
Šviežių daržovių lėkštė Nr.2	Sal-23	50/15/5	0,89	0,11	2,20	13,24
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	5,00
Iš viso:			22,75	21,67	40,32	453,07

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	6,63	9,55	37,22	261,4
Trintos uogos	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:			11,08	13,30	54,73	383,01
Viso:			45,29	47,91	136,82	1159,11

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelinė

R. Žebelinė

2 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinur: Direktore Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr.9

2026-01-26

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	1,80	0,00	8,20	44,04
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:			9,36	11,32	13,87	198,85

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	120	0,84	0,48	21,12	92,16
Iš viso:			0,84	0,48	21,12	92,16

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	1,80	0,00	8,20	44,04
Žuvies pyragas (Tausojantis)	Ant-35	60/60	7,96	9,26	15,94	178,55
Raugintų kopūstų salotos (Tausojantis, augalinis)	Sal-6	70	0,54	2,00	2,79	31,26
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			16,89	13,73	44,78	373,81

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	Vak-2	150	16,54	13,42	16,68	255,52
Trintos uogos	U-8	50	0,25	0,00	10,46	42,86
Traputis (grikių, ryžių, kviečių)	U -2	10	1,16	0,21	7,44	32,23
Pienas 2,5%	Gr.-5	150	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso:			20,74	17,17	23,73	334,27
Viso:			47,83	42,70	103,50	999,09

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė

2 savaitė
Penktadienis



Tvirtinusi: Direktoriė Jovita Kiržgalvienė
Dokumento Nr.10
2026-01-26

Maitinimas 8 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga ,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
Netikras zuikis	U-23	35	6,48	4,03	2,51	72,21
Duona	U-2	20	1,80	0,00	8,20	44,04
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:			14,34	9,26	42,04	312,84
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	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (Augalinis, tausojantis)	S-15	100	2,50	2,16	10,67	72,10
Grietinė 30%	P-1	4	0,10	1,20	0,11	11,65
Duona	U-2	20	1,80	0,00	8,20	44,04
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:			26,50	24,15	36,75	478,18
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
Sumuštinio 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:			49,31	43,86	125,21	1104,50

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė

3 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktore Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr. 11

2026-01-26

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
Desertinis varškės sūris su žele gabaliukais	U-18	30	2,55	2,10	6,48	55,02
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,43	5,5	33,86	213,08

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	1,80	0,00	8,20	44,04
Orkaitėje keptas jautienos kukuliai (Tausojantis)	Ant-31	80	14,33	5,84	7,70	140,75
Biri grikių košė (Tausojantis)	K-3	60	1,87	2,24	14,19	84,37
Šviežių kopūstų-morkų salotos (Augalinis, tausojantis)	Sal-1	70	1,04	2,07	3,74	37,72
Sviesto- grietinės padažas	P - 3	20	0,36	10,51	0,44	97,77
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			20,61	23,97	42,84	473,59

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	125	5,38	3,13	5,63	72,13
Kmynų arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			18,51	9,93	37,21	312,10
Viso:			47,25	39,70	123,31	1041,87

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

3 savaitė
Antradienis

Tvirtinū: Direktors Jovita Kiržgalvienė

Dokumentas Nr.12

2020-01-26

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
Vaisinė 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	
Vaisių salotos	Sal-26	100	2,45	1,14	8,98	55,83
Iš viso:			2,45	1,14	8,98	55,83

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
Grietinė 30%	P-1	4	0,10	1,20	0,11	11,65
Duona	U-2	20	1,80	0,00	8,20	44,04
Natūralus kiaulienos kepsnys	Ant-22	60	13,85	11,61	4,15	176,36
Garuose keptos bulvių puselės (Tausojantis)	Gar-9	70	0,99	2,24	9,70	65,89
Morkų salotos	Sal-7	40	0,41	2,04	2,27	29,08
Šviežias agurkas	Sal-5	30	0,24	0,03	1,30	7,25
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			18,50	19,18	34,22	391,16

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	6,63	9,55	37,22	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:			11,08	13,30	54,73	383,01
Viso:			38,76	43,03	135,79	1093,02

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebeliene

R. Žebeliene

3 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktoriė Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr. 13
2026-01-26



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 kruopų košė (Tausojantis)	K-16	150	4,62	5,01	30,46	185,39
Sumuštinis su virta dešra	U-9	20/25	4,28	8,59	10,54	132,01
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:			8,95	13,60	41,97	321,48

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	
Šviežių/raugintų kopūstų sriuba (Tausojantis, augalinis)	S-6	100	0,86	2,05	4,86	41,41
Duona	U-2	20	1,80	0,00	8,20	44,04
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:			20,46	14,32	34,59	400,66

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, 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:			38,74	37,11	142,20	1104,76

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žeb.

3 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinū: Direktori Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr.14
2026-01-26

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 varškės kremu	U-9	20/25	4,01	7,13	9,64	117,98
Žolelių arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,02	15,52	33,83	306,19

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	1,80	0,00	8,20	44,04
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 apelsinais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			16,73	16,74	33,00	419,18

Maitinimas 15 val.30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti purūs varškėčiai	Vak-20	100	13,49	11,64	21,38	244,08
Trintos uogos su cukrumi	U-8	50	0,25	0,00	10,46	42,86
Natūralus jogurtas 2,5%	P-2	65	3,25	0,98	2,28	37,51
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,99	12,62	34,12	324,45
Viso:			42,34	45,33	115,20	1113,27

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

R. Žebelienė

3 savaitė
Penktadienis



Tvirtinusi: Direktore Jovita Kiržgalvienė
Dokumento Nr.15

2026-01-26 koreguotas 2026-03-05

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 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:			12,11	16,21	37,38	341,35

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	1,80	0,00	8,20	44,04
Bulvių plokštainis su paukštiena (Tausojantis)	Ant-30	150/50	12,10	11,68	24,24	250,34
Grietinės-jogurto padažas	P-6	15	0,47	4,23	0,86	43,28
Šviežių daržovių lėkštė Nr.2	Sal-23	50/15/5	0,89	0,11	2,20	13,24
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			16,09	19,24	42,75	412,27

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	1,80	0,00	8,20	44,04
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:			11,34	14,17	15,69	239,54
Viso:			41,49	49,75	123,12	1111,33

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelinė

R. Žebelinė

4 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktore Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr. 16

2026-01-26

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
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,35	12,55	24,19	247,01

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	
Raugintų (šviežių) kopūstų sriuba (Augalinis, Tausojantis)	S-16	100	0,58	2,02	4,35	37,89
Duona	U-2	20	1,80	0,00	8,20	44,04
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
Burokėlių salotos (Tausojantis, augalinis)	Sal-3	60	0,90	2,01	5,44	43,48
Sviesto-grietinės padažas su pomidorų padažu	P-4	15	0,38	6,96	1,51	70,22
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	5,00
Iš viso:			19,11	16,91	38,99	390,74

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
Trintos uogos su cukrumi	U-8	50	0,25	0,00	10,46	42,86
Natūralus jogurtas 3,8%	P-2	50	2,5	0,75	1,75	23,75
Kmynų arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			19,29	14,17	28,89	320,13
Viso:			48,35	43,78	106,77	1020,43

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelienė

4 savaitė
Antradienis

Tvirtina: Direktorių Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr. 17

2026-01-26

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	
Vaisių salotos	Sal-26	100	2,45	1,14	8,98	55,83
Iš viso:			2,45	1,14	8,98	55,83

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	1,80	0,00	8,20	44,04
"Žemaičių blynai" su virta kiauliena	Ant-18	100	5,55	10,67	19,68	196,93
Grietinė 30%-jogurto padažas	P-6	15	0,47	4,23	0,86	43,28
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:			10,42	17,11	39,60	357,84

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	120	5,81	0,98	37,75	183,04
Mėsos-grietinės padažas	P-5	20	2,32	3,80	0,64	46,08
Natūralus jogurtas 3,1%	P-2	125	5,38	3,13	5,63	72,13
Traputis (ryžių, kviečių, grikių)	U-2	20	2,32	0,42	14,88	64,47
Vaisinė arbata be cukraus	Gr.-3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,83	8,33	58,90	365,72
Viso:			36,63	34,32	142,32	1020,03

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelenė

R. Žebelenė

4 savaitė
Trečiadienis



Virtinai, Direktore Jovita Kiržgalvienė

Dokumentas Nr. 18

2026-01-26 koreguotas 2026-03-05

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 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:			11,52	16,52	31,63	318,79

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-1	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	1,80	0,00	8,20	44,04
Kalakutienos maltinukas (konvekinė krosnelė)	Ant-20	80	16,44	9,51	5,84	174,81
Virti ryžiai (Tausojantis)	Gar-2	60	1,46	1,78	16,10	86,18
Šviežių daržovių lėkštė (Tausojantis, augalinis)	Sal-23	50/15/5	0,89	0,11	2,20	13,24
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	Gr-5	150	0,00	0,00	0,75	3,00
Iš viso:			21,58	14,63	39,48	379,90

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
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:			20,48	9,94	41,40	337,14
Viso:			54,14	41,51	125,81	1095,05

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelinė

R. Žebelinė

4 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtina: Direktoriaus Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr. 19

2025-01-26

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	1,80	0,00	8,20	44,04
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:			9,24	11,29	13,89	198,18

Maitinimas 10 val.00 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
PIK-NIK sūrio lazdelės	U-19	20	5,24	4,16	0,00	58,80
Obuolys	U-8	100	0,40	0,10	9,80	41,70
Iš viso:			5,64	4,26	9,80	100,50

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	1,80	0,00	8,20	44,04
Jūros lydekės kepinukas (Tausojantis)	Ant-6	60	10,29	5,99	2,97	106,89
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:			15,46	10,17	36,92	305,01

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	6,63	9,55	37,22	261,4
Trintos uogos su cukrumi	U-8	50	0,25	0,00	10,46	42,86
Pienas 2,5%	Gr.-5	200	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso:			12,48	14,55	57,08	409,26
Viso:			42,82	40,27	117,69	1012,95

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelenė

R. Žebelenė

4 savaitė
Penktadienis

Tvirtina: Direktorių Jovita Kiržgalvienė

Dokumento Nr. 20
2026-01-26

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
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.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Išėiga, 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.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Išėiga, 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	1,80	0,00	8,20	44,04
Kapotos vištienos kepsniukas (Tausojantis)	Ant-11	80	12,89	10,28	3,46	157,81
Biri ryžių kruopų košė (Tausojantis)	Gar-2	60	1,46	1,78	16,10	86,18
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:			17,50	15,33	37,11	362,25

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
Bandelė	U-7	60	4,14	3,54	36,30	193,62
Iš viso:			7,83	7,34	50,14	297,82
Viso:			34,73	32,44	139,43	992,62

Parengė: Mitybos specialistė Rūta Žebelinė

R. Lulys