

VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS „BORUŽĖLĖ“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1,5 – 3 m. amžiaus vaikams



Istaigos darbo laikas

Nuo 6.30 iki 18.30 val.

1,5-3 amžiaus grupė

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/30T 1	150	4.22	2.40	27.86	149.96
Varškė (9 %) su graikišku jogurtu (2%) ir uogomis	15-1/1 1	80	11.03	5.95	3.20	110.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.49	8.60	38.86	294.78

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38AT 1	150	3.73	5.10	20.73	143.79
Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 1	5	0.45	0.10	0.12	3.16
Ryžių plovai su vištienos filė (tausojantis)	10-5/111T 1	100 (40/60)	12.86	5.82	16.08	168.13
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A 2	90	0.92	4.74	4.79	65.49
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0.20	0.20	6.50	28.60
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 1	150	0.27	0.12	0.21	3.00
Iš viso:			18.43	16.08	48.43	412.16

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Varškės (9 %) apkepas (tausojantis)	7-8/169T 2	110	13.75	9.42	22.90	231.36
Šaldytos uogos (avietės, braškės, juodieji serbentai)	18/19 2	25	0.23	0.10	2.43	11.50
Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 4	20	1.80	0.40	0.46	12.64
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.78	9.92	25.78	255.50
Iš viso (dienos davinio):			49.70	34.59	113.07	962.44



Laikinais einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgeliene

1,5-3 amžiaus grupė

1 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/34AT 2	150	4.25	2.59	21.80	127.49
Saldintas jogurtas (cukrų iki 10g/100g)	18/7 1	125	2.90	2.10	10.60	108.75
Sezoniniai vaisiai	18/20 4	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.51	5.05	44.10	287.72

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT 1	150	1.91	4.75	11.38	95.88
Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 1	5	0.45	0.10	0.12	3.16
Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	11-8/162T 2	70	13.23	5.79	4.09	121.36
Žirnių košė su morkomis ir sviestu (82%) (tausojantis)	5-3/61T 1	50	5.69	1.79	15.19	99.58
Gūžinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/2A 1	80	0.94	2.60	6.09	51.50
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Vanduo	17-101	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			22.45	15.26	44.67	405.81

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	8-8/162T 1	80	9.11	9.05	8.06	150.12
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	16-1/3 1	20/5/10	1.62	4.47	9.01	82.75
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 6	110	0.44	0.44	14.30	62.92
Iš viso:			11.17	13.96	31.38	295.79
Iš viso (dienos davinio):			41.13	34.26	120.15	989.32





1,5-3 amžiaus grupė
1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų košė su sėlenėlėmis ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/47T 1	150	6.22	3.49	26.90	163.88
Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/6 1	100	2.59	0.33	7.48	43.23
Sezoniniai vaisiai	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Iš viso:			9.09	4.10	43.48	247.15

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT 1	150	1.43	3.14	10.68	76.72
Grietinė (30%)	18/8 1	5	2.90	2.10	10.60	14.60
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškinys (tausojantis)	10-5/101T 1	100 (38/62)	10.75	4.76	11.55	132.05
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 1	50	2.96	2.22	16.29	96.98
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A 1	70	1.32	4.99	6.18	74.92
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 1	150	0.27	0.12	0.21	3.00
Iš viso:			19.63	17.33	55.51	398.26

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių apkepas (tausojantis)	4-8/162T 3	140	5.90	7.57	13.37	145.23
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5 %) su žalumynais	14-1/2 3	25	1.12	3.04	2.04	40.04
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 2	15	4.32	4.20	0.02	55.14
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.70	15.18	27.13	291.89
Iš viso (dienos davinio):			40.42	36.61	126.41	937.31





Laikiniai einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgeliene

1,5-3 amžiaus grupė

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45 val.

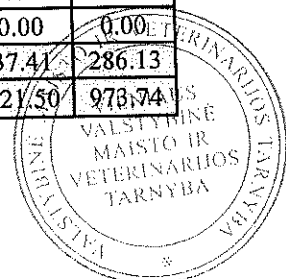
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir cinamonu(augalinis) (tausojantis)	3-3/55AT 1	100	4.15	3.51	20.49	130.13
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 %) ir varškės sūriu (13 %)	16-1/1 1	153/15	4.15	4.67	6.98	86.53
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.70	8.57	40.48	273.86

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 2	100	3.26	2.79	13.11	90.58
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kepti su garais jautienos kukulaičiai (tausojantis)	12-7/141T 1	60	12.15	7.95	2.10	128.58
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT 1	50	1.03	0.05	9.42	42.28
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 1	70	0.89	6.82	3.93	80.66
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0.20	0.20	6.50	28.60
Vanduo	17-101	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.02	18.13	43.62	413.75

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Virti varškėčiai (varškė 9 %) su viso grūdo miltai (tausojantis)	7-3/60T 3	110	14.21	6.89	26.43	224.57
Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 5	25	2.25	0.50	0.58	15.80
Sezoniniai vaisiai	18/20 3	80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			16.78	7.71	37.41	286.13
Iš viso (dienos davinio):			44.50	34.41	121.50	973.74





TVIRTINU

Laikina atitanti direktorės pareigas

Indrė Rizgeliene

1,5-3 amžiaus grupė

1 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/41AT 1	150	3.78	2.01	34.15	169.76
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Kefyras (2,5%)	18/4 4	100	3.40	2.50	4.90	55.70
Sezoniniai vaisiai	18/20 3	80	0.32	0.32	10.40	45.76
Iš viso:			7.50	4.83	49.45	271.22

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raudonųjų lęšių sriuba su bulvėmis, morkomis ir salierais (augalinis) (tausojantis)	1-3/42AT 1	150	11.27	3.73	32.82	209.95
Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 1	5	0.45	0.10	0.12	3.16
Keptas orkaitėje žuvies (menkės) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163T 1	50	8.52	2.21	1.02	58.03
Virta bulvių ir brokolių košė (tausojantis)	4-3/61T 1	60	1.39	0.86	6.40	38.92
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60A 1	70	2.43	5.08	9.21	92.20
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 1	150	0.27	0.12	0.21	3.00
Iš viso:			24.33	12.10	49.77	405.26

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	6-3/61AT 1	150	6.93	2.88	36.84	200.95
Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 2	15	4.32	4.20	0.02	55.14
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Iš viso:			11.49	7.32	44.65	290.41
Iš viso (dienos davinio):			43.32	24.24	143.87	966.89





TVIRTINU

Laikinai einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgėlienė

1,5-3 amžiaus grupė

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8.45 val.

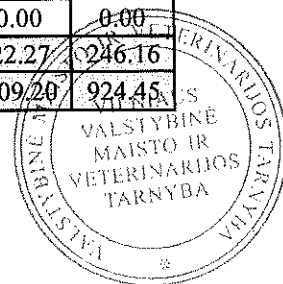
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai i, g	riebalai, g	angliav. an-	
Penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/42AT 1	150	4.10	2.40	22.06	126.25
Varškė (9 %) su kefyru (2,5 %) ir trintais vaisiais/uogomis	15-1/2 4	120	12.10	7.01	11.29	156.62
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			16.19	9.41	33.35	282.88

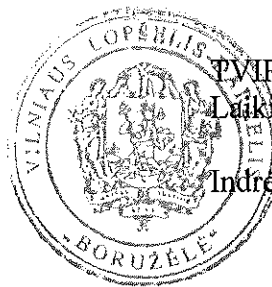
Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai i, g	riebalai, g	angliav. an-	
Pieniška (2,5 %) miežinių kruopų sriuba su sviestu (82 %) (tausojantis)	1-3/32T 1	150	3.47	4.47	9.67	92.78
Kepti su garais kalakutienos krūtinėlės kukulaičiai (tausojantis)	10-7/141T 1	60	14.78	3.55	3.42	104.74
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT 5	90	1.85	0.09	16.96	76.11
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais ir citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A 2	100	1.09	2.24	15.73	87.46
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Vanduo	17-101	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.44	10.59	53.58	395.41

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai i, g	riebalai, g	angliav. an-	
Omletas su pomidorais (tausojantis)	8-8/161T 2	120	10.26	9.25	3.12	136.78
Morkų, svogūnų ir česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A 1	30	0.38	2.15	2.79	32.03
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			12.36	11.96	22.27	246.16
Iš viso (dienos davinio):			49.99	31.97	109.20	924.45





TVIRTINU

Laikinais einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgelytė

1,5-3 amžiaus grupė

2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8.45 val.

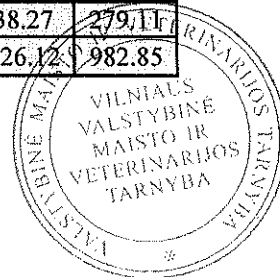
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 3	90	5.33	3.30	29.31	168.29
Sezoniniai vaisiai	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 %) ir varškės sūriu (13 %)	16-1/1 1	153/15	4.15	4.67	6.98	86.53
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.76	8.25	45.40	294.86

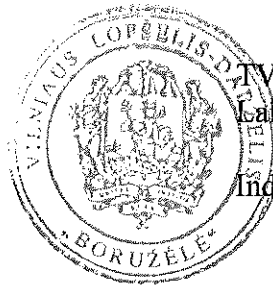
Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4.33	1.86	18.60	108.43
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	11-5/102T 2	90(60/30)	15.96	8.93	4.24	161.20
Raugintų/šviežių kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/17A 1	70	0.62	4.98	4.34	64.62
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0.20	0.20	6.50	28.60
Nesaldintas vaisių/uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 1	150	0.27	0.12	0.21	3.00
Iš viso:			22.86	16.41	42.45	408.89

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir kietuoju sūriu 45% (tausojantis)	6-5/101T 5	160	8.78	9.60	36.20	266.33
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai)	18/22 4	90	0.72	0.18	2.07	12.78
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.50	9.78	38.27	279.11
Iš viso (dienos davinio):			42.11	34.44	126.12	982.85





TVIRTINU

Galkinai einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgeliene

1,5-3 amžiaus grupė

2 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 8.45 val.

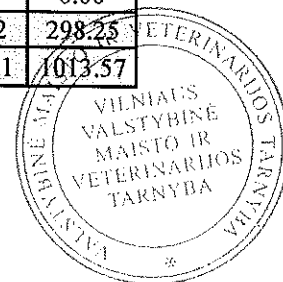
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/54T 1	150	4.98	4.27	24.32	155.64
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	16-1/3 1	20/5/10	1.62	4.47	9.01	82.75
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			7.00	9.14	46.33	295.59

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT 2	100	1.40	3.21	11.52	80.59
Keptas orkaitėje lašišos apkepas (tausojantis)	9-8/166T 2	60	10.68	7.40	1.96	117.18
Virti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	3-3/57T 1	90	2.29	1.95	24.75	125.71
Šviežių kopūstų, morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/20A 1	70	0.67	4.35	5.71	64.64
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0.20	0.20	6.50	28.60
Nesaldintas vaisių/uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 1	150	0.27	0.12	0.21	3.00
Iš viso:			15.51	17.23	50.65	419.73

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais	3-6/120 2	120 (105/15)	7.48	9.18	32.72	243.46
Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 5	25	2.25	0.50	0.58	15.80
Kefyras (2,5%)	18/4 2	70	2.38	1.75	3.43	38.99
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			12.11	11.43	36.72	298.25
Iš viso (dienos davinio):			34.62	37.81	133.71	1013.57



1,5-3 amžiaus grupė
2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45 val.

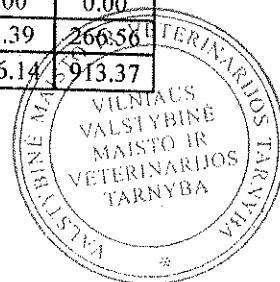
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/58T 2	150	6.29	4.09	24.74	160.91
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Kefyras (2,5%)	18/4 4	100	3.40	2.50	4.90	55.70
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.09	6.99	42.64	273.81

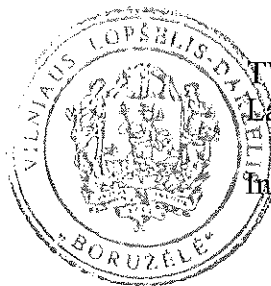
Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/30AT 1	150	4.23	3.33	18.47	120.74
Troškinti vištienos kumpeliai su česnakais (tausojantis)	10-5/113T 2	50(46/4)	11.64	3.48	1.25	82.87
Kepti su garais burokėliai su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis)	4-7/143AT 2	50	2.46	4.24	6.11	72.42
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 1	50	2.96	2.22	16.29	96.98
Vanduo	17-101	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.29	13.27	42.11	373.00

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	8-3/60T 2	70	8.61	8.19	0.49	110.11
Sviestas (82%)	18/9 1	5	2.90	2.10	10.60	37.47
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Viso grūdo duonelė su saulėgrąžomis	18/71 1	25	4.17	2.00	12.50	84.66
Sezoniniai vaisiai	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.92	12.53	31.39	266.56
Iš viso (dienos davinio):			47.30	32.79	116.14	913.37





TVIRTINU

Laikinais einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgeliene

1,5-3 amžiaus grupė

2 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 3	120	3.59	3.05	27.48	151.76
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 %) ir varškės sūriu (13 %)	16-1/1 1	15/3/15	4.15	4.67	6.98	86.53
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.97	7.96	42.27	272.61

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36AT 1	150	8.48	4.33	23.72	167.77
Grietinė (30%)	18/8 1	5	2.90	2.10	10.60	14.60
Troškinta jautiena su morkomis ir porais (tausojantis)	12-5/102T 1	100(64/36)	17.28	4.03	4.85	124.78
Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	2-3/63A 2	50	0.49	4.88	5.04	66.06
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0.20	0.20	6.50	28.60
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 1	150	0.27	0.12	0.21	3.00
Iš viso:			29.62	15.66	50.92	404.81

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Pieniška (2,5 %) nešlifotų ryžių kruopų sriuba su sviestu (82 %) (tausojantis)	1-3/32T 3	150	3.39	5.48	10.86	106.28
Grūdų traputis	18/73 1	30	2.85	0.87	21.36	104.67
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			6.64	6.75	45.22	268.15
Iš viso (dienos davinio):			44.23	30.37	138.41	945.58



Vistina

Vilniaus lopšelis-darželis
"Boružėlė" direktorė
Angelė Kučinskienė

[Signature]

1,5-3 amžiaus grupė

3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/60T 1	130	6.38	3.53	33.86	192.74
Sezoniniai vaisiai	18/20 3	80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Pienas (2,5%)	18/3 2	90	3.06	2.25	4.41	50.13
Iš viso:			9.76	6.10	48.67	288.63

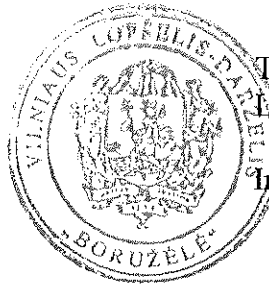
Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT 1	150	1.88	3.27	13.17	89.62
Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 1	5	0.45	0.10	0.12	3.16
Vištienos kumpelių guliašas su morkomis pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T 1	120 (45/75)	14.23	4.56	7.43	127.67
Biri perlinių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/45AT 1	50	1.72	0.81	13.16	66.81
Morkų, obuolių ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A 2	90	2.05	8.95	8.72	123.62
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 1	150	0.27	0.12	0.21	3.00
Iš viso:			20.60	17.80	42.81	413.88

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	3-5/100AT 2	120	3.80	2.68	21.26	124.32
Grūdų traputis	18/73 1	30	2.85	0.87	21.36	104.67
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			7.05	3.95	55.62	286.19
Iš viso (dienos davinio):			37.41	27.85	147.11	988.70





TVIRTINU

Paikinau einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgeliene

1,5-3 amžiaus grupė

3 savaitė

Antradienis

Pusryčiai

8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Viso grūdo avių kruopų košė su obuoliu, cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/39T 1	150	4.86	3.61	25.68	154.69
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 %) ir varškės sūriu (13 %)	16-1/1 1	15/3/15	4.15	4.67	6.98	86.53
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.40	8.68	45.67	298.43

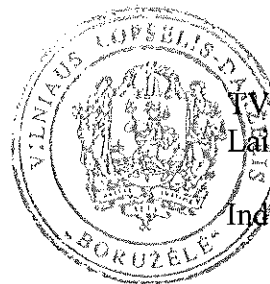
Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT 1	150	3.01	4.95	24.20	153.42
Kepti su garais žuvies (jūros lydeka) maltiniai (tausojantis)	9-7/146T 1	70	15.46	3.71	5.22	116.10
Bulvių košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	4-3/64T 2	75	1.29	2.24	11.69	72.05
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 1	70	0.83	3.66	2.62	46.80
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 1	50	0.20	0.20	6.50	28.60
Vanduo	17-101	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			20.79	14.76	50.23	416.96

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Omletas su pomidorais (tausojantis)	8-8/161T 2	120	10.26	9.25	3.12	136.78
Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/22A 2	90	2.17	6.39	5.92	89.86
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.91	15.96	17.59	269.67
Iš viso (dienos davinio):			44.10	39.41	113.49	985.06





TVIRTINU

Laikinais einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgėlienė

1,5-3 amžiaus grupė

3 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 8.45 val.

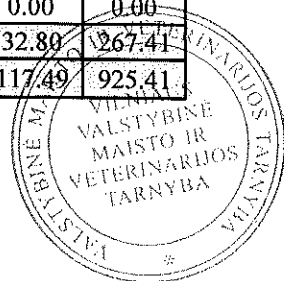
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Virti viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6-3/60T 2	80	4.45	2.59	23.49	135.09
Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 2	15	4.32	4.20	0.02	55.14
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.17	7.19	36.51	247.43

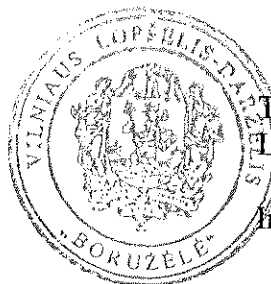
Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT 1	150	2.32	3.37	16.11	104.02
Grietinė (30%)	18/8 1	5	2.90	2.10	10.60	14.60
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Keptas su garais netikras kiaulienos kumpinės zuikis (tausojantis)	11-7/140T 2	60	13.31	6.15	3.09	120.93
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis)	4-3/69AT 3	60	0.89	3.26	5.36	54.35
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/5A 1	70	0.64	5.67	4.25	70.62
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 1	150	0.27	0.12	0.21	3.00
Iš viso:			21.82	20.98	48.18	410.56

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Ryžių – lęšių košė su morkomis (augalinis) (tausojantis)	5-3/60AT 2	100	7.55	2.18	29.60	168.23
Varškė (9 %) su žalumynais	16-1/10 1	80	9.38	5.43	3.19	99.18
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			16.92	7.61	32.80	267.41
Iš viso (dienos davinio):			47.92	35.79	117.49	925.41





TVIRTINU

Laikinai einanti direktorės pareigas

J. Rizgeliene

1,5-3 amžiaus grupė

3 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5 %) ir sviestu (82 %) (tausojantis)	3-3/40T 1	150	5.86	3.85	27.62	168.56
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru	16-1/3 1	20/5/10	1.62	4.47	9.01	82.75
Sezoniniai vaisiai	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Iš viso:			7.76	8.60	45.74	291.34

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	1-3/33AT 1	150	1.45	3.38	14.58	94.50
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Varškės (9%) ir bananų apkepas su ciberžole ir cinamonu (tausojantis)	7-8/170T 3	110(65/45)	12.65	7.84	19.11	197.63
Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 6	30	2.70	0.60	0.69	18.96
Šaldytos uogos (avietės, braškės, juodieji serbentai)	18/19 3	30	0.27	0.12	2.91	13.80
Vanduo	17-101	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			18.55	12.26	45.85	367.93

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių-daržovių (bulvės, morkos, brokoliai, paprikos) troškiny (augalinis) (tausojantis)	5-5/102AT 2	100	5.81	3.50	19.20	131.57
Morkų ir kopūstų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/4A 2	90	3.02	10.10	8.29	136.18
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.84	13.61	27.49	267.75
Iš viso (dienos davinio):			35.14	34.46	119.08	927.02





1,5-3 amžiaus grupė
3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir cinamonu(augalinis) (tausojantis)	3-3/55AT 1	100	4.15	3.51	20.49	130.13
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 %) ir fermentiniu (45 %) sūriu	16-1/4 1	15/5/20	5.35	9.97	6.86	138.55
Sezoniniai vaisiai	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.50	13.48	27.35	268.68

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai	riebalai	angliavandeniai	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4.33	1.86	18.60	108.43
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T 2	70	14.00	2.79	0.78	84.22
Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT 3	75	1.50	3.39	15.47	98.38
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A 1	70	0.77	3.62	2.75	46.61
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 1	150	0.27	0.12	0.21	3.00
Iš viso:			22.59	12.33	54.17	418.00

Vakarienē 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (2,5 %) miežinių kruopų sriuba su sviestu (82 %) (tausojantis)	1-3/32T 1	150	3.47	4.47	9.67	92.78
Grūdų traputis	18/73 1	30	2.85	0.87	21.36	104.67
Sezoniniai vaisiai	18/20 4	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Traškos morkytės	18/21 1	80	0.80	0.16	6.96	32.48
Iš viso:			7.48	5.86	49.69	281.41
Iš viso (dienos davinio):			39.57	31.67	131.21	968.09

