

# VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS „BORUŽĖLĖ“

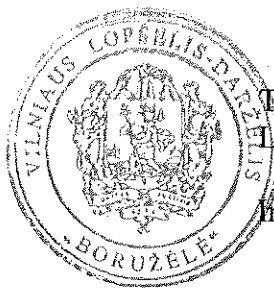
## 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4 – 7 m. amžiaus vaikams



Istaigos darbo laikas

Nuo 6.30 iki 18.30 val.



TVIRTINU

Laikinai einanti direktorės pareigas

J. Rizgė  
Indrė Rizgeliėnė4-7 amžiaus grupė  
1 savaitė  
Pirmadienis

## Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/30T 2	200	5.62	3.21	37.15	199.95
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 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
<b>Iš viso:</b>			17.05	9.56	53.35	367.64

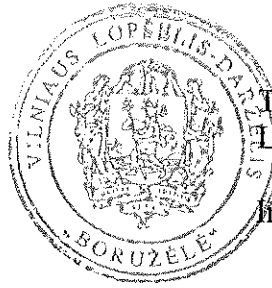
## Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
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 plovos su vištienos filė (tausojantis)	10-5/111T 3	150 (60/90)	19.29	8.73	24.12	252.19
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A 3	100	1.02	5.27	5.33	72.77
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 3	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 2	200	0.36	0.16	0.28	4.00
<b>Iš viso:</b>			25.14	19.64	59.67	515.94

## Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9 %) apkepas (tausojantis)	7-8/169T 3	140	17.50	11.99	29.14	294.46
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
<b>Iš viso:</b>			19.53	12.49	32.03	318.60
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			61.72	41.68	145.05	1202.18





TVIRTINU

Laikiniai einanti direktorės pareigas

*J. Rizgeliene*  
 Andrė Rizgeliene

4-7 amžiaus grupė  
 I savaitė  
 Antradienis

**Pusryčiai 8.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (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 3	200	5.66	3.45	29.07	169.99
Saldintas jogurtas (cukrų iki 10g/100g)	18/7 1	125	2.90	2.10	10.60	108.75
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			9.04	6.03	55.27	347.38

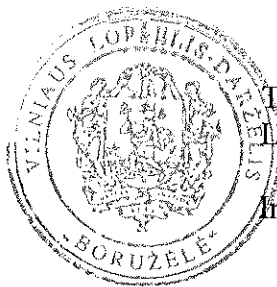
**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (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 1	90	17.01	7.44	5.26	156.04
Žirnių košė su morkomis ir sviestu (82%) (tausojantis)	5-3/61T 3	90	10.24	3.21	27.34	179.25
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	17-102	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			30.78	18.34	57.99	520.15

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	8-8/162T 2	110	12.53	12.44	11.09	206.42
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
<b>Iš viso:</b>			14.59	17.35	34.40	352.08
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			54.41	41.72	147.66	1219.61





TVIRTINU

Laikiniai einanti direktorės pareigas

J. Rizgeliene  
Indrė Rizgeliene4-7 amžiaus grupė  
1 savaitė  
Trečiadienis

## Pusryčiai 8.45 val.

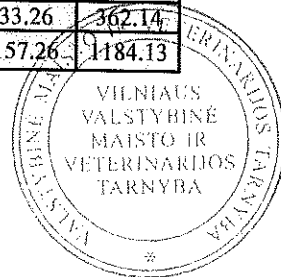
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų košė su sėlenėlėmis ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/47T 2	200	8.29	4.66	35.86	218.51
Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/6 1	100	2.59	0.33	7.48	43.23
Sezoniniai vaisiai	18/20 4	90	0.36	0.36	11.70	51.48
<b>Iš viso:</b>			11.24	5.34	55.04	313.22

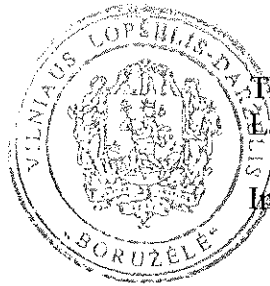
## Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (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) troškiny (tausojantis)	10-5/101T 2	130 (49/81)	13.97	6.19	15.02	171.66
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 2	75	4.44	3.33	24.43	145.46
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A 2	90	1.70	6.42	7.94	96.33
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 2	200	0.36	0.16	0.28	4.00
<b>Iš viso:</b>			24.80	21.34	68.95	508.77

## Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių apkepas (tausojantis)	4-8/162T 4	200	8.42	10.82	19.10	207.47
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5 %) su žalumynais	14-1/2 4	30	1.35	3.65	2.45	48.05
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
<b>Iš viso:</b>			14.45	19.03	33.26	362.14
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			50.49	45.71	157.26	1184.13





TVIRTINU

Laikinais einanti direktorės pareigas

J. Reizg  
Indrė Rizgeliene

4-7 amžiaus grupė  
1 savaitė  
Ketvirtadienis

**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 2	150	6.23	5.26	30.74	195.20
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
<b>Iš viso:</b>			10.77	10.33	50.72	338.93

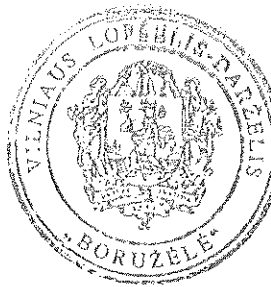
**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 1	150	4.89	4.18	19.67	135.87
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 2	80	16.21	10.60	2.80	171.44
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT 2	60	1.24	0.06	11.31	50.74
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	17-102	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			24.91	22.19	52.76	510.36

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9 %) su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T 5	140	18.09	8.77	33.64	285.82
Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 5	25	2.25	0.50	0.58	15.80
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
<b>Iš viso:</b>			20.74	9.67	47.21	358.82
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			56.42	42.18	150.69	1208.10





TVIRTINU

Laikinais einanti direktorės pareigas

J. Rizgė  
Andrė Rizgeliene

4-7 amžiaus grupė

1 savaitė

Penktadienis

## Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (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 2	200	5.03	2.68	45.53	226.35
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
<b>Iš viso:</b>			<b>8.75</b>	<b>5.50</b>	<b>60.83</b>	<b>327.81</b>

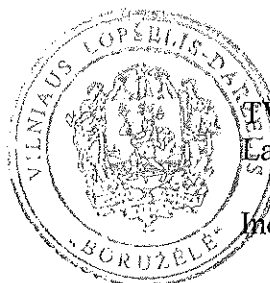
## Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (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 3	90	15.34	3.97	1.84	104.45
Virta bulvių ir brokolių košė (tausojantis)	4-3/61T 3	80	1.86	1.15	8.53	51.89
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60A 3	100	3.46	7.25	13.15	131.71
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 2	200	0.36	0.16	0.28	4.00
<b>Iš viso:</b>			<b>32.74</b>	<b>16.36</b>	<b>56.74</b>	<b>505.17</b>

## Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (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 2	200	8.97	3.91	47.65	261.62
Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 3	20	5.76	5.60	0.02	73.52
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
<b>Iš viso:</b>			<b>14.97</b>	<b>9.75</b>	<b>55.47</b>	<b>369.46</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>56.46</b>	<b>31.61</b>	<b>173.03</b>	<b>1202.44</b>





TVIRTINU

Laikinais einanti direktorės pareigas

J. Rizgė  
Indrė Rizgėlienė4-7 amžiaus grupė  
2 savaitė  
Pirmadienis

## Pusryčiai 8.45val.

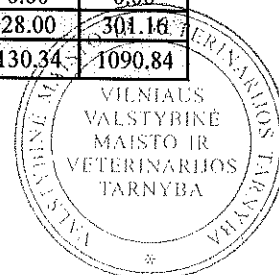
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/42AT 2	200	5.46	3.20	29.42	168.34
Varškė (9 %) su kefyru (2,5 %) ir trintais vaisiais/uogomis	15-1/2 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
<b>Iš viso:</b>			17.56	10.21	40.71	324.96

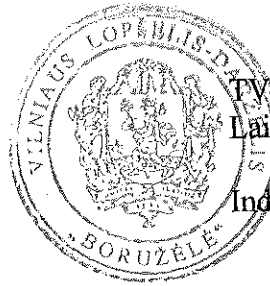
## Pietūs 12.15 val.

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
Kepti su garais kalakutienos krūtinėlės kukulaičiai (tausojantis)	10-7/141T 2	80	19.71	4.73	4.56	139.66
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT 6	110	2.27	0.11	20.73	93.02
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais ir citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A 3	120	1.31	2.69	18.87	104.95
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Vanduo	17-102	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			26.99	12.25	61.64	464.73

## Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su pomidorais (tausojantis)	8-8/161T 3	140	11.97	10.79	3.64	159.57
Morkų, svogūnų ir česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A 2	40	0.50	2.87	3.72	42.70
Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2.22	0.48	12.84	64.56
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
<b>Iš viso:</b>			14.93	14.38	28.00	301.16
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			59.49	36.84	130.34	1090.84





TVIRTINU

Laiškai einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgeliene

4-7 amžiaus grupė

2 savaitė

Antradienis

**Pusryčiai 8.45val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (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 4	110	6.51	4.89	35.83	213.35
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
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
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			11.06	9.95	55.81	357.08

**Pietūs 12.15 val.**

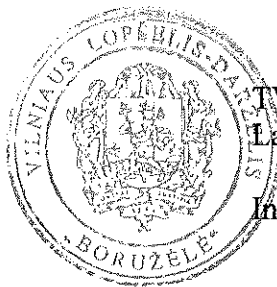
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4.33	1.86	18.60	108.43
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	11-5/102T 4	120(76/44)	21.28	12.31	5.65	218.51
Raugintų/šviežių kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/17A 3	100	0.89	7.11	6.20	92.32
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 2	200	0.36	0.16	0.28	4.00
<b>Iš viso:</b>			28.58	21.99	47.09	500.62

**Vakarienė 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir kietoju sūriu 45% (tausojantis)	6-5/101T 6	200(100/90/10)	10.97	12.00	45.25	332.91
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai)	18/22 5	100	0.80	0.20	2.30	14.20
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	150	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			11.77	12.20	47.55	347.11
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			51.41	44.15	150.46	1204.80







TVIRTINU

Laikinais einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgėlienė

4-7 amžiaus grupė

2 savaitė

Trečiadienis

## Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižių 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 2	38/7/15	3.01	6.42	16.95	137.63
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
<b>Iš viso:</b>			8.40	11.09	54.27	350.47

## 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 1	150	2.10	4.82	17.28	120.89
Keptas orkaitėje lašišos apkepas (tausojantis)	9-8/166T 1	80	14.24	9.87	2.62	156.24
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 2	90	0.86	5.59	7.35	83.11
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 2	200	0.36	0.16	0.28	4.00
<b>Iš viso:</b>			20.09	22.63	60.07	524.28

## 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 3	140(120/20)	8.70	11.70	38.03	292.22
Graikiškas jogurtas (2%)	18/2 5	25	2.25	0.50	0.58	15.80
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
<b>Iš viso:</b>			14.35	14.70	43.51	363.72
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			42.84	48.42	157.85	1238.47



*Tvirtu*

Vilniaus lopšelis-darželis  
"Boružėlė" direktorė  
Angelė Kučinskienė

*Angelė Kučinskienė*

4-7 amžiaus grupė  
2 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Trijų grūdų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/58T 1	180	7.55	4.91	29.69	193.09
Sezoniniai vaisiai	18/20 8	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Kefyras (2,5%)	18/4 5	120	4.08	3.00	5.88	66.84
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			12.15	8.43	52.47	334.29

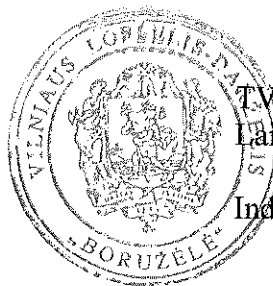
Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Tiršta 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 1	75/5	18.63	5.57	1.99	132.59
Kepti su garais burokėliai su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis)	4-7/143AT 1	70	3.45	5.94	8.60	101.65
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 2	75	4.44	3.33	24.43	145.46
Vanduo	17-102	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			30.75	18.17	53.49	500.44

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	8-3/601 3	100	12.30	11.70	0.70	157.30
Sviestas (82%)	18/9 2	10	2.90	2.10	10.60	74.94
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 3	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Viso grūdo duonelė su saulėgrąžomis	18/71 1	25	4.17	2.00	12.50	84.66
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			19.65	16.08	32.90	356.94
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			62.54	42.67	138.86	1197.68





TVIRTINU

Laikiniai einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgėlienė

4-7 amžiaus grupė

2 savaitė

Penktadienis

## Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 4	150	4.49	3.82	34.35	189.70
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 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			8.91	8.77	50.44	316.28

## Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
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 2	150(96/54)	25.92	6.05	7.27	187.18
Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	2-3/63A 1	70	0.68	6.84	7.05	92.48
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 2	200	0.36	0.16	0.28	4.00
<b>Iš viso:</b>			38.54	19.67	55.43	494.63

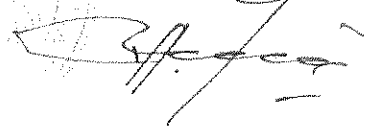
## Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (2,5 %) nešlifiotų 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 13	170	0.68	0.68	22.10	97.24
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			6.92	7.03	54.32	308.19
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			54.37	35.46	160.19	1119.09



*Sveikiname*

Vienas lopšelis dirba  
"Benzėtė" direktorė  
Angelė Kučinskienė



4-7 amžiaus grupė  
3 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8.45val.**

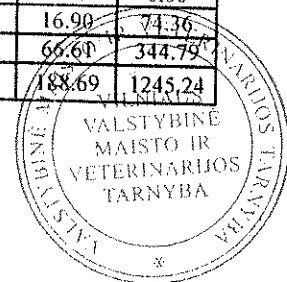
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Sorų kruopų košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/60T 2	180	8.83	4.89	46.89	266.88
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Pienas (2,5%)	18/3 3	120	4.08	3.00	5.88	66.84
<b>Iš viso:</b>			<b>13.31</b>	<b>8.29</b>	<b>65.77</b>	<b>390.92</b>

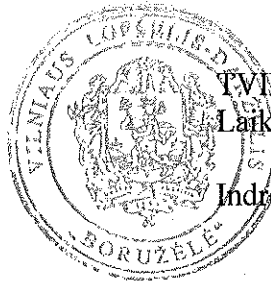
**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
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 3	90	3.09	1.46	23.69	120.26
Morkų, obuolių ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A 3	120	2.73	11.93	11.63	164.83
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 2	200	0.36	0.16	0.28	4.00
<b>Iš viso:</b>			<b>22.74</b>	<b>21.48</b>	<b>56.32</b>	<b>509.54</b>

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Griklių troškinytis su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	3-5/100AT 4	160	5.06	3.57	28.35	165.76
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 8	130	0.52	0.52	16.90	74.36
<b>Iš viso:</b>			<b>8.43</b>	<b>4.96</b>	<b>66.60</b>	<b>344.79</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>44.49</b>	<b>34.72</b>	<b>188.69</b>	<b>1245.24</b>





TVIRTINU

Larkinai einanti direktorės pareigas

Indrė Rizgelenė

4-7 amžiaus grupė  
3 savaitė  
Antradienis

## Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižių kruopų košė su obuoliu, cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/39T 2	200	6.45	4.79	33.43	202.67
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
<b>Iš viso:</b>			11.00	9.86	53.42	346.41

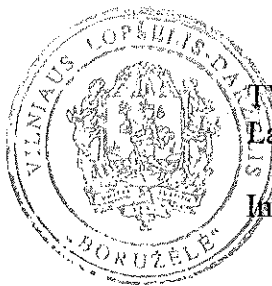
## Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
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 2	100	22.08	5.30	7.46	165.85
Bulvių košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	4-3/64T 3	90	1.55	2.68	14.02	86.41
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 2	90	1.07	4.71	3.37	60.17
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 3	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Vanduo	17-102	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			27.99	17.92	58.16	505.89

## Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su pomidorais (tausojantis)	8-8/161T 3	140	11.97	10.79	3.64	159.57
Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/22A 3	120	2.89	8.52	7.89	119.80
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
<b>Iš viso:</b>			16.34	19.64	20.08	322.42
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			55.33	47.42	131.66	1174.72





TVIRTINU

Laikinai einanti direktorės pareigas

J. Rizgė  
Indrė Rizgėlienė

4-7 amžiaus grupė  
3 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8.45val.**

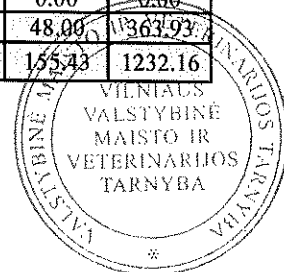
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Virti viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6-3/60T 3	140	7.79	4.53	41.12	236.41
Kietasis fermentinis sūris (45%)	18/5 3	20	5.76	5.60	0.02	73.52
Sezoniniai vaisiai	18/20 6	110	0.44	0.44	14.30	62.92
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			13.99	10.57	55.44	372.85

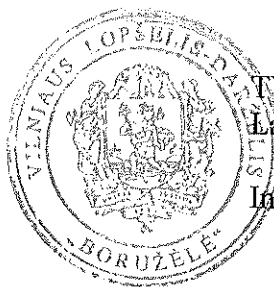
**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (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 1	80	17.75	8.20	4.12	161.24
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	4-3/69AT 4	70	1.04	4.27	6.25	67.59
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/5A 3	100	0.92	8.10	6.07	100.89
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 2	200	0.36	0.16	0.28	4.00
<b>Iš viso:</b>			26.77	26.51	51.99	495.38

**Vakarienė 15.45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai,	
Ryžių – leščių košė su morkomis (augalinis) (tausojantis)	5-3/60AT 1	150	11.32	3.27	44.40	252.35
Varškė (9 %) su žalumynais	16-1/10 2	90	10.55	6.11	3.59	111.58
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			21.87	9.38	48.00	363.93
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			62.64	46.47	155.43	1232.16





TVIRTINU

Laikinais einanti direktorės pareigas

J. Rizgė  
Izdė Rizzelienė

4-7 amžiaus grupė

3 savaitė

Ketvirtadienis

## Pusryčiai 8.45val.

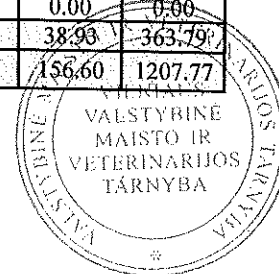
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5 %) ir sviestu (82 %) (tausojantis)	3-3/40T 2	200	7.82	5.13	36.83	224.74
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Viso 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 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
<b>Iš viso:</b>			<b>9.83</b>	<b>10.00</b>	<b>58.84</b>	<b>364.69</b>

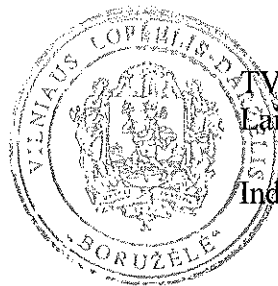
## Pietūs 12.15 val.

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 2	30	2.22	0.48	12.84	64.56
Varškės (9%) ir bananų apkepas su ciberžole ir cinamonu (tausojantis)	7-8/170T 4	140(70/70)	18.40	11.40	27.80	287.46
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	17-102	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>25.04</b>	<b>15.98</b>	<b>58.82</b>	<b>479.29</b>

## 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 3	150	8.72	5.26	28.79	197.35
Morkų ir kopūstų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/4A 3	110	3.70	12.35	10.14	166.44
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>12.41</b>	<b>17.60</b>	<b>38.93</b>	<b>363.79</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47.29</b>	<b>43.58</b>	<b>156.60</b>	<b>1207.77</b>





TVIRTINU

Larkinai einanti direktorės pareigas

J. Ruzgė  
Indrė Rizgeliene

4-7 amžiaus grupė

3 savaitė

Penktadienis

**Pusryčiai 8.45 val.**

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 2	150	6.23	5.26	30.74	195.20
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
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>11.57</b>	<b>15.23</b>	<b>37.60</b>	<b>333.75</b>

**Pietūs 12.15 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (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
Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T 3	90	18.00	3.59	1.00	108.29
Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT 4	90	1.80	4.06	18.57	118.06
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 5	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A 2	90	0.99	4.65	3.54	59.93
Nesaldintas vaisių/ uogų kompotas (augalinis)	17-1/1 2	200	0.36	0.16	0.28	4.00
<b>Iš viso:</b>			<b>27.32</b>	<b>15.00</b>	<b>62.24</b>	<b>493.22</b>

**Vakarienė 15.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (2,5 %) grikių kruopų sriuba su sviestu (82 %) (tausojantis)	1-3/32T 2	150	3.71	4.63	9.94	96.25
Grūdų traputis	18/73 1	30	2.85	0.87	21.36	104.67
Sezoniniai vaisiai	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Nesaldinta arbata	17-1/2 21	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Traškios morkytės	18/21 1	80	0.80	0.16	6.96	32.48
<b>Iš viso:</b>			<b>7.84</b>	<b>6.14</b>	<b>53.86</b>	<b>302.04</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46.73</b>	<b>36.37</b>	<b>153.70</b>	<b>1129.01</b>

