SUDERINTA
Valgiaraščio patvirtinimo
data VVP-2804, 2017-01-31

PATVIRTINTA
Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro direktoriaus
2016 m. lapkričio 23 d. įsakymu Nr. J 91
PATVIRTINTA
Klaipėdos lopšelio-darželio „Berželis“ direktoriaus
2016 m. gruodžio 2 d. įsakymu Nr. V-15

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Ryžių košė su sviestu	II.8	200/8	5,96	9,41	39,2	263,51
Natūralus jogurtas	X.12	120	3	3,6	4,44	63,72
Nesaldinta žolelių arbata	VI.7	200				
Iš viso:			**8,96**	**13,01**	**43,64**	**327,23**

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Barščiai su bulvėmis ir grietine	I.5	200/9	2	6,85	14,83	123,22
Ruginė duona	X.4	35	2,7	0,49	18,37	76,3
Keptos maltos kiaulienos dešrelės	III.14	80	15,03	11,67	8,6	217,41
Bulvių košė	XIV.6	80	1,77	2,86	12,88	83,46
Morkų salotos su obuoliais ir alyvuogių aliejumi	XVI.7	50	0,45	1,62	5,04	32
Švieži agurkai	XVI.1	20	0,18	0,04	0,46	2,2
Vanduo		200				
Vaisiai *	X.8	100	0,72	0,28	13,7	55
Iš viso:			**22,85**	**23,81**	**73,88**	**589,59**

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Virti varškėčiai	VII.3	150	20,25	9,8	39,71	326,25
Grietinė	IV.5	15	0,36	4,5	0,46	43,95
Nesaldinta kmynų arbata	VI.8	200	0,2	0,14	0,5	3,33
Iš viso:			**20,81**	**14,44**	**40,67**	**373,53**
Iš viso (dienos davinio):			**52,62**	**51,26**	**158,19**	**1290,35**

* Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Direktorė
Jolanta Bručkienė

Direktorė
Jūratė Grubliauskienė

Direktorė

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KLAIPĖDOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Omletas su žaliaisiais žirneliais ir pomidorais	XII.1	100/35/25	14	14,47	15,74	239,49
Šviesi duona	X.10	30	1,59	0,24	16,23	69,3
Nesaldinta arbatžolių arbata su pienu	VI.3	200	3,4	2,5	4,9	56
		Iš viso:	**18,99**	**17,21**	**36,87**	**364,79**

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis ir grietine	I.1	200/9	2,97	6,96	20,38	151,55
Ruginė duona	X.4	35	2,7	0,49	18,37	76,3
Keptos vištienos lazdelės	III.16	75	20,18	9,29	4,68	182,94
Bulvių košė su ciberžole	XIV.9	80	1,77	2,86	12,88	83,46
Šviežių agurkų salotos su grietine	XVI.2	70	0,78	2,84	1,89	34,07
Vanduo		200				
Vaisiai *	X.8	100	0,72	0,28	13,7	55
		Iš viso:	**29,12**	**22,72**	**71,9**	**583,32**

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Pieniška grikių kruopų sriuba	I.27	200	6,68	8,26	21,6	187,62
Pieniškas riestainis	X.3	50	5,5	0,9	32,65	157
Morkų lazdelės	XVI.22	70	0,7	0,14	6,09	21,7
		Iš viso:	**12,88**	**9,3**	**60,34**	**366,32**
		Iš viso (dienos davinio):	**60,99**	**49,23**	**169,11**	**1314,43**

* Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Dietistė
Jolanta Bručkienė

Direktorė
Jūratė Grubliauskienė

Direktorė

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu	II.10	200/8	7,94	9,65	47,38	297,25
Saldinta kakava su pienu	VI.2	150	2,74	2,21	8,36	63,75
		Iš viso:	**10,68**	**11,86**	**55,74**	**361**

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis ir grietine	I.18	200/9	1,85	7,1	9,9	119,86
Ruginė duona	X.4	35	2,7	0,49	18,37	76,3
Troškintas jautienos maltinukas	III.24	75	17,46	7,18	9,13	205,89
Bulvės	XIV.1	80	1,62	0,08	14,82	65,61
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi	XVI.10	50	0,67	1,6	2,64	25,4
Konservuoti kukurūzai	XVI.21	20	0,58	0,12	4,4	20,6
Vanduo su citrina	VI.1	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai *	X.8	150	1,08	0,42	20,55	82,5
		Iš viso:	**26,01**	**17,02**	**80,45**	**598,33**

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Lietiniai su bananais	IX.2	180	6,88	3,32	49,17	254,16
Uogienė	IV.6	20	0,06		14,92	56,4
Nesaldinta arbatžolių arbata	VI.4	200				
		Iš viso:	**6,94**	**3,32**	**64,09**	**310,56**
		Iš viso (dienos davinio):	**43,63**	**32,2**	**200,28**	**1269,89**

* Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Dietistė
Jolanta Bručkienė

Direktorė
Jūratė Grubliauskienė

Direktorė
Birutė Maknubičienė

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KLAIPĖDOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Tiršta penkių javų dribsnių košė su sviestu	II.3	200/8	7,35	10,44	32,45	251,34
Nesaldinta arbatžolių arbata su citrina	VI.6	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai *	X.8	100	0,72	0,28	13,7	55
		Iš viso:	**8,12**	**10,75**	**46,79**	**308,51**

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba su grietine	I.9	200/9	5,04	7,13	19,2	150,99
Ruginė duona	X.4	35	2,7	0,49	18,37	76,3
Kiaulienos guliašas	III.3	75/45	21,71	16,27	5,28	278,42
Bulvės	XIV.1	80	1,62	0,08	14,82	65,61
Švieži agurkai	XVI.1	40	0,32	0,08	0,92	4,4
Konservuoti žirneliai	XVI.25	30	1,47	0,06	4,74	19,2
Vanduo		200				
		Iš viso:	**32,86**	**24,11**	**63,33**	**594,92**

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Virtos pieniškos dešrelės	III.14	60	4,3	17,03	0,56	172,71
Rudeninės daržovių (burokėlių, bulvių, šv.agurkų) salotos su alyvuogių aliejumi	XVI.24	50	0,8	2,57	5,68	46,34
Šviesi duona	X.10	35	1,85	0,28	18,97	80,85
Saldinta kmynų arbata	VI.8	200	0,2	0,14	6,49	27,03
		Iš viso:	**7,15**	**20,02**	**31,7**	**326,93**
		Iš viso (dienos davinio):	**48,13**	**54,88**	**141,82**	**1230,36**

* Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Dietistė
Jolanta Bručkienė

Direktorė
Jūratė Grubliauskienė

KLAIPĖDOS LOPŠELIS-DARŽELIS "B...ELIS"

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KLAIPĖDOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Tiršta perlinių kruopų košė su sviestu	II.7	200/8	7,76	9,93	38,06	263,32
Natūralus jogurtas	X.12	150	3,75	4,5	5,55	79,65
Nesaldinta arbatžolių arbata	VI.4	200				
Iš viso:			**11,51**	**14,43**	**43,61**	**342,97**

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine	I.14	200/9	1,66	6,87	9,64	100,48
Ruginė duona	X.4	35	2,7	0,49	18,37	76,3
Keptas žuvies maltinukas	III.28	75	15,06	6,05	9,86	159,8
Bulvių košė su brokoliais	XIV.4	80	2,03	2,91	11,78	79,19
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	XVI.18	50	1,11	1,75	6,75	39,44
Konservuoti žirneliai	XVI.25	20	0,98	0,04	3,16	12,8
Vanduo su citrina	VI.1	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai *	X.8	200	1,44	0,56	27,4	110
Iš viso:			**25,03**	**18,7**	**87,6**	**580,18**

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Virti makaronai su daržovių-grietinėlės padažu	XV.1	150/50	6,5	4,45	42,2	234,53
Sausučiai	X.5	20	2,2	0,36	13,06	62,8
Nesaldinta arbatžolių arbata su pienu	VI.3	200	3,4	2,5	4,9	56
Iš viso:			**12,1**	**7,31**	**60,16**	**353,33**
Iš viso (dienos davinio):			**48,64**	**40,44**	**191,37**	**1276,48**

* Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Dietistė
Jolanta Bručkienė

Direktorė
Jūratė Grubliauskienė

VALSTYBINĖS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBOS KLAIPĖDOS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS
KLAIPĖDOS LOPŠELIS DARŽELIS

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KLAIPĖDOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA DOKUMENTAMS Nr.1

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Grikių krupų košė su sviestu	II.4	200/8	6,74	9,75	36,16	259,03
Sūrio lazdelė	X.11	20	4,2	5,6	0,4	69
Nesaldinta arbatžolių arbata	VI.3	200				
Iš viso:			**10,94**	**15,35**	**36,56**	**328,03**

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Bulvių sriuba su mėsos kukulaičiais	I.2	200/40	6,3	5,48	8,69	107,29
Ruginė duona	X.4	35	2,7	0,49	18,37	76,3
Kiaulienos-ryžių plovas	III.5	50/150	17,36	13,24	33,6	333,74
Pomidorų-šv. agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	XVI.5	70	0,72	2,63	2,56	33,27
Vanduo su citrina	VI.1	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai *	X.8	80	0,57	0,22	10,96	44
Iš viso:			**27,7**	**22,09**	**74,82**	**596,77**

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Bulvių, morkų ir žirnių troškinys	VII.5	200	4,46	5,23	23,59	170,15
Duoniukai	X.9	15	1,26	0,36	12,3	55,36
Kefyras	VI.5	200	6,8	5	9,8	120
Iš viso:			**12,52**	**10,59**	**45,69**	**345,51**
Iš viso (dienos davinio):			**51,16**	**48,03**	**157,07**	**1270,31**

* Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Dietistė
Jolanta Bručkienė

Direktorė
Jūratė Grubliauskienė

Direktorė

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KLAIPĖDOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA DOKUMENTAMS Nr.1

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Avižinių dribsnių košė su bananais ir sviestu	II.2	200/8	8,05	11,45	37,05	282,53
Saldinta kakava su pienu	VI.2	200	3,44	2,93	11,79	86
		Iš viso:	**11,49**	**14,38**	**48,84**	**368,53**

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine	I.14	200/9	1,66	6,87	9,64	100,48
Ruginė duona	X.4	35	2,7	0,49	18,37	76,3
Kepta vištienos filė	III.15	75	18,17	15,75	4,54	232,76
Bulvės	XIV.1	80	1,62	0,08	14,82	65,61
Morkų salotos su obuoliais ir alyvuogių aliejumi	XVI.7	50	0,45	1,62	5,04	32
Pomidorai	XVI.3	20	0,2	0,04	0,82	3,4
Vanduo su citrina	VI.1	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai *	X.8	100	0,72	0,28	13,7	55
		Iš viso:	**25,57**	**25,16**	**67,57**	**567,72**

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Makaronai su varške	XV.7	150/50	15,28	5,13	54	331,35
Nesaldinta arbatžolių arbata	VI.4	200				
		Iš viso:	**15,28**	**5,13**	**54**	**331,35**
		Iš viso (dienos davinio):	**52,34**	**44,67**	**170,41**	**1267,6**

* Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Dietistė
Jolanta Bručkienė

Direktorė
Jūratė Grubliauskienė

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KLAIPĖDOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA DOKUMENTAMS Nr.1

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Kvietinių kruopų košė su sviestu	II.5	200/8	8,05	9,7	35,92	254,02
Trapučiai su džemu	X.2	10/15	0,99	0,39	15,7	66,4
Nesaldinta kmynų arbata	VI.8	200	0,2	0,14	0,5	3,33
		Iš viso:	**9,24**	**10,23**	**52,12**	**323,75**

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Ryžių-pomidorų sriuba su grietine	I.19	200/9	1,63	7,03	14,2	124,18
Ruginė duona	X.4	35	2,7	0,49	18,37	76,3
Virti kalakutienos kukuliai	III.21	70	14,97	5,72	0,28	112,5
Bulvių košė su ciberžole	XIV.9	80	1,77	2,86	12,88	83,46
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	XVI.17	70	0,82	2,55	3,16	36,86
Vanduo		200				
Vaisiai *	X.8	200	1,44	0,56	27,4	110
		Iš viso:	**23,33**	**19,21**	**76,29**	**543,3**

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Lietiniai su obuoliais	IX.10	180	6,48	4,44	52,2	264,81
Sviesto-grietinės padažas	IV.2	15	0,28	7,95	0,36	74,18
Morkų lazdelės	XVI.22	70	0,7	0,14	6,09	21,7
Nesaldinta arbatžolių arbata	VI.4	200				
		Iš viso:	**7,46**	**12,53**	**58,65**	**360,69**
		Iš viso (dienos davinio):	**40,03**	**41,97**	**187,06**	**1227,74**

* Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Dietistė
Jolanta Bručkienė

Direktorė
Jūratė Grubliauskienė

Direktorė

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KLAIPĖDOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu	II.6	200/8	7,19	9,48	36,25	258,76
Nesaldinta arbatžolių arbata su citrina	VI.6	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai *	X.8	150	1,08	0,42	20,55	82,5
		Iš viso:	**8,32**	**9,93**	**57,44**	**343,43**

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Pupelių sriuba su grietine	I.10	200/9	5,06	6,08	17,79	140,76
Ruginė duona	X.4	35	2,7	0,49	18,37	76,3
Kiaulienos maltinukas	III.8	75	17,38	10,6	9,14	236,67
Bulvės	XIV.1	80	1,62	0,08	14,82	65,61
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais ir alyvuogių aliejumi, konservuoti kukurūzai	XVI.15 XVI.25	50/20	1,7	1,76	6,69	43,88
Vanduo		200				
		Iš viso:	**28,46**	**19,01**	**66,81**	**563,22**

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Kepti varškėčiai	VII.5	120	19,52	14,78	25,11	300,8
Uogienė	IV.6	15	0,05		11,19	42,3
Nesaldinta arbatžolių arbata	VI.4	200				
		Iš viso:	**19,57**	**14,78**	**36,3**	**343,1**
		Iš viso (dienos davinio):	**56,35**	**43,72**	**160,55**	**1249,75**

* Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Dietistė
Jolanta Bručkienė

Direktorė
Jūratė Grubliauskienė

KLAIPĖDOS LOPŠELIS-DARŽELIS „BERŽELIS"

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KLAIPĖDOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA DOKUMENTAMS Nr.1

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Kiaušinių košė	XII.5	80	8,82	8,17	2	116,83
Šv.agurkų-pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi	XVI.5	50	0,72	1,65	2,56	24,44
Šviesi duona su sviestu	XIII.1	35/7	1,9	6,06	19,03	132,93
Saldinta kakava su pienu	VI.2	200	3,44	2,93	11,79	86
		Iš viso:	**14,88**	**18,81**	**35,38**	**360,2**

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Barščiai su bulvėmis ir grietine	I.5	200/9	2	6,85	14,83	123,22
Ruginė duona	X.4	35	2,7	0,49	18,37	76,3
Keptas žuvies maltinis su varške	III.30	75	15,79	4,87	13,51	151,91
Bulvių košė su morkomis	XIV.2	80	1,45	2,89	11,86	77,13
Burokėlių salotos su žirneliais ir alyvuogių aliejumi	XVI.20	50	1,29	2,58	6,63	46,88
Švieži agurkai	XVI.1	20	0,18	0,04	0,46	2,2
Vanduo su citrina	VI.1	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai *	X.8	150	1,08	0,42	20,55	82,5
		Iš viso:	**24,54**	**18,17**	**86,85**	**562,31**

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymų kiekis, g	Riebalų kiekis, g	Angliavandenių kiekis, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba	I.26	200	6,97	8,1	22	188,94
Pieniškas riestainis	X.3	50	5,5	0,9	32,65	157
		Iš viso:	**12,47**	**9**	**54,65**	**345,94**
		Iš viso (dienos davinio):	**51,89**	**45,98**	**176,88**	**1268,45**

* Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Dietistė
Jolanta Bručkienė

Direktorė
Jūratė Grubliauskienė

Direktorė