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

Kauno vaikų lopšelis- darželis „ Žvangutis “

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

1-3 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7,00 iki 19,00 val.

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis" KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Šniaukienė

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

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 1	150	4.22	2.40	27.86	149.96
Grūdėta varškė (7 %)	18/1 1	70	8.40	4.90	1.89	85.26
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.02	7.70	42.75	292.42

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (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
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Keptas orkaitėje žuvies (menkės) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163T 3	90	15.34	3.97	1.84	104.45
Bulvių ir morkų košė (tausojantis)	4-3/62T 2	80	1.39	1.02	9.89	54.26
Gūžinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/2A 2	100	1.17	3.25	7.62	64.37
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			22.62	13.63	52.34	422.52

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 daržovių padažu ir kietoju sūriu 45% (tausojantis)	6-5/101T 1	100 (65/31/4)	5.49	6.00	22.63	166.45
Avižiniai sausainiai su morkomis ir bananais	16-8/166 1	40	2.21	1.23	12.96	71.73
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2 3	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Iš viso:			7.97	7.51	44.68	278.22
Iš viso (dienos davinio):			43.61	28.85	139.77	993.16

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Šniaukienė

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Tiršta manų košė su sėlenėlėmis ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/47T 1	150	4.98	3.14	22.15	136.81
Pienas (2,5%)	18/3 2	90	3.06	2.25	4.41	50.13
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			8.44	5.79	39.56	244.14

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT 1	150	1.43	3.14	10.68	76.72
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai su burokėliais (tausojantis)	11-8/161T 1	60 (44/9)	9.78	4.40	4.36	96.20
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 2	75	4.44	3.33	24.43	145.46
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 1	70	0.89	6.82	3.93	80.66
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			18.26	18.14	52.18	445.05

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais	6-6/102 1	100	6.28	8.93	24.97	205.38
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 5	25	1.18	0.63	1.13	14.83
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 5	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Traškios morkytės	18/21 1	80	0.80	0.16	6.96	32.48
Iš viso:			8.25	9.72	33.06	252.68
Iš viso (dienos davinio):			34.96	33.65	124.81	941.87

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Šniaukienė

1 savaitė
Trečiadienis

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 obuoliais, cinamonu ir ypač tyrų alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/31AT 1	150	4.29	5.87	24.75	169.01
Nesaldintas jogurtas (2,5 %) su sezoniniais vaisiais	15-1/9 3	110 (65/45)	3.42	1.78	13.38	83.22
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2 7	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.71	7.65	38.14	252.23

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT 1	150	2.32	3.37	16.11	104.02
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškinys (tausojantis)	10-5/101T 1	120 (45/75)	12.90	5.71	13.86	158.45
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A 3	100	1.89	7.13	8.83	107.03
Sezoninių daržovių lazdelės	18/19 2	80	0.32	0.32	10.40	45.76
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.14	16.97	57.99	461.26

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti su garais varškėčiai (varškė 9%) su morkomis (tausojantis)	7-7/162T 1	100	14.67	8.26	14.78	192.15
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 6	110	0.44	0.44	14.30	62.92
Nesaldinta metų arbata	17-1/2 9	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.11	8.70	29.08	255.07
Iš viso (dienos davinio):			41.96	33.32	125.21	968.56

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Šniaukienė

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	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5 %) ir sviestu (82 %) (tausojantis)	3-3/40T 1	150	5.86	3.85	27.62	168.56
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 melisų arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	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.	Išeiga (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
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	10-7/143T 3	90	23.81	9.29	5.23	199.77
Ryžių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis)	3-3/36AT 5	70	1.77	1.52	19.19	97.54
Keptos su garais šakninės daržovės su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis)	4-7/142AT 1	70	2.23	3.25	9.44	75.96
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			29.69	17.33	47.03	462.89

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 2	100	12.94	6.44	21.86	197.21
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 4	20	0.94	0.50	0.90	11.86
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	17-1/2 15	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			14.36	7.42	38.36	277.71
Iš viso (dienos davinio):			51.82	33.35	131.13	1031.94

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Šniaukienė

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	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	8-3/60T 2	70	8.61	8.19	0.49	110.11
Viso grūdo duonelė su saulėgrąžomis	18/71 1	25	4.17	2.00	12.50	84.66
Sviestas (82%)	18/7 1	5	0.04	4.13	0.04	37.47
Traškios morkytės	18/21 1	80	0.80	0.16	6.96	32.48
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 17	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.61	14.48	19.99	264.72

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24AT 1	150	3.84	3.29	14.85	104.34
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Virti viso grūdo makaronai su malta kiauliena (tausojantis)	11-5/101T 4	180(140/40)	14.75	4.11	35.85	239.44
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai)	18/22 4	90	0.72	0.18	2.07	12.78
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.03	8.03	61.55	402.57

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 su sorų kruopomis (tausojantis)	7-8/162T 1	100	13.88	9.56	20.46	223.39
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Kepti orkaitėje vaisiai (obuoliai, kriaušės, slyvos) su sezamo sėklomis (augalinis) (tausojantis)	15-8/161AT 2	60	0.60	1.46	11.19	60.27
Nesaldinta kmynų arbata	17-1/2 19	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.19	11.39	32.32	292.56
Iš viso (dienos davinio):			49.83	33.90	113.86	959.84

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Šniaukienė

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežių perlinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/35T 1	150	3.28	3.08	25.07	141.10
Trinta varškė (9%) su braškėmis	15-1/11 2	50(45/5)	7.21	4.07	4.03	81.70
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 6	110	0.44	0.44	14.30	62.92
Iš viso:			10.93	7.58	43.40	285.72

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
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Vištienos kumpelių guliašas su morkomis pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T 1	120 (45/75)	14.23	4.56	7.43	127.67
Ryžių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis)	3-3/36AT 5	70	1.77	1.52	19.19	97.54
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A 3	110	1.35	6.54	7.80	95.45
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			23.40	14.92	61.80	475.10

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti virtų bulvių paplotėliai su pomidorais ir kietuoju sūriu (45%) (tausojantis)	4-8/173T 1	100(70/ 15/15)	11.78	7.69	23.79	211.50
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 4	20	0.94	0.50	0.90	11.86
Traškios morkytės	18/21 2	110	1.10	0.22	9.57	44.66
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2 3	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.82	8.41	34.26	268.02
Iš viso (dienos davinio):			48.16	30.91	139.46	1028.84

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Šniaukienė

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Ryžių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis)	3-3/36AT 1	150	3.80	3.26	41.13	209.02
Pienas (2,5%)	18/3 2	90	3.06	2.25	4.41	50.13
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2 5	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.14	5.79	54.64	299.19

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT 1	150	2.32	3.37	16.11	104.02
Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2.22	0.48	12.84	64.56
Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydeka) kotletai (tausojantis)	9-8/162T 2	80	15.13	2.61	4.66	102.67
Bulvių košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	4-3/64T 3	90	1.55	2.68	14.02	86.41
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais ir citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A 1	95	1.04	2.13	14.94	83.09
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			22.26	11.27	62.57	440.74

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9 %) su kukurūzų kruopomis (tausojantis)	7-8/160T 1	90	17.00	9.90	15.22	218.01
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2 7	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Iš viso:			18.19	10.76	31.49	295.54
Iš viso (dienos davinio):			47.59	27.81	148.70	1035.48

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Šniaukienė

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 %) (tausojantis)	3-3/53T 5	150	3.79	1.75	34.16	167.57
Varškė (9 %) su kefyru (2,5 %) ir trintais vaisiais/uogomis	15-1/2 1	30/15/5	5.35	3.10	4.08	65.57
Nesaldinta metų arbata	17-1/2 9	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 6	110	0.44	0.44	14.30	62.92
Iš viso:			9.58	5.29	52.54	296.05

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 1	150	4.73	4.17	20.45	138.27
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2.22	0.48	12.84	64.56
Kepti orkaitėje kalakutienos filė maltinukai su varške (9%) ir cukinija (tausojantis)	10-8/161T 1	90 (54/13/	15.92	2.30	3.09	96.73
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 1	70	2.09	1.78	16.03	88.53
Sezoninių daržovių lazdelės	18/19 2	80	0.32	0.32	10.40	45.76
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			25.51	9.18	63.04	436.82

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Omletas (tausojantis)	8-8/162T 2	110	12.53	12.44	11.09	206.42
Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2.22	0.48	12.84	64.56
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai)	18/22 1	50	0.40	0.10	1.15	7.10
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.15	13.02	25.08	278.08
Iš viso (dienos davinio):			50.24	27.48	140.66	1010.95

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Asta Šniaukienė

2 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 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 1	10	2.88	2.80	0.01	36.76
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 13	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.21	6.08	49.85	294.91

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/21AT 2	150	2.68	5.39	14.43	116.90
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Kiaulienos ir morkų troškinys su svogūnais (tausojantis)	11-5/102T 1	75(48/27)	13.23	7.69	3.72	137.04
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT 2	75	4.44	3.33	24.43	145.46
Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	4-3/69AT 4	70	1.04	4.27	6.25	67.59
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.63	20.80	49.06	469.95

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blyneliai su obuoliais	3-6/120 2	120	7.48	9.18	32.72	243.46
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Sezoninių daržovių lazdelės	18/19 2	80	0.32	0.32	10.40	45.76
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	17-1/2 15	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.51	9.88	43.79	298.11
Iš viso (dienos davinio):			40.35	36.76	142.69	1062.98

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Šniaukienė

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Viso grūdo avižų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/54T 1	150	4.98	4.27	24.32	155.64
Kepti orkaitėje obuoliai su varškės (9%) kremu ir sezamo plutele (tausojantis)	15-8/160T 3	90	4.96	3.89	14.69	113.55
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2 17	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.94	8.16	39.00	269.19

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24AT 1	150	3.84	3.29	14.85	104.34
Orkaitėje kepti vištienos kumpeliai su česnakais (tausojantis)	10-8/163T 1	100	23.28	6.96	2.49	165.74
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT 2	60	1.24	0.06	11.31	50.74
Sezoninių daržovių lazdelės	18/19 2	80	0.32	0.32	10.40	45.76
Morkų salotos su česnakais ir nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/11 2	90	1.89	0.59	7.99	44.83
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			30.56	11.22	47.04	411.42

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės (9%) ir bananų apkepas su ciberžole ir cinamonu (tausojantis)	7-8/170T 3	110	12.65	7.84	19.11	197.63
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Nesaldinta kmynų arbata	17-1/2 19	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			13.13	8.32	34.71	266.27
Iš viso (dienos davinio):			53.64	27.70	120.76	946.88

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė Rasa Šniaukienė

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/34AT 2	150	4.24	2.84	21.79	129.68
Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 %) ir varškės sūriu (13 %)	16-1/1 1	20/5/20	5.54	7.05	9.32	122.87
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 2	70	0.28	0.28	9.10	40.04
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2 1	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.05	10.17	40.21	292.59

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (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
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kepti su garais žuvies (jūros lydeka) maltiniai (tausojantis)	9-7/146T 1	70	15.46	3.71	5.22	116.10
Biri perlinių kruopų košė su sviestu 82 % (tausojantis)	3-3/51T 1	50	1.72	0.73	13.16	66.08
Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	2-3/63A 2	90	0.88	8.79	9.07	118.91
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.63	18.37	53.29	465.02

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti orkaitėje varškėčiai (varškė 9%) su viso grūdo kvietiniais miltais (tausojantis)	7-8/166T 1	80	12.23	6.26	17.46	175.13
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	10	0.47	0.25	0.45	5.93
Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis	15-1/6 1	100	2.59	0.33	7.48	43.23
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 5	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Iš viso:			15.69	7.24	38.39	281.49
Iš viso (dienos davinio):			47.38	35.78	131.89	1039.10

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Lisa Šniaukienė

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/33T 1	150	4.74	3.02	26.01	150.17
Varškė (9 %) su kefyru (2,5 %) ir trintais vaisiais/uogomis	15-1/2 2	35/20/5	6.32	3.67	4.50	76.30
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2 3	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			11.54	7.17	46.10	295.11

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
Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2.22	0.48	12.84	64.56
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 2	10	0.47	0.25	0.45	5.93
Sorų kruopų troškinys su vištienos filė (tausojantis)	10-5/112T 2	120 (72/48)	16.08	7.17	17.61	199.29
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai)	18/22 3	70	0.56	0.14	1.61	9.94
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			21.24	12.79	43.89	375.60

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 daržovių padažu ir kietoju sūriu 45% (tausojantis)	6-5/101T 2	120 (75/41/4	6.58	7.20	27.15	199.74
Traškios morkytės	18/21 1	80	0.80	0.16	6.96	32.48
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2 5	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Kepti orkaitėje vaisiai (obuoliai, kriaušės, slyvos) su sezamo sėklomis (augalinis) (tausojantis)	15-8/161AT 2	60	0.60	1.46	11.19	60.27
Iš viso:			7.98	8.82	45.30	292.50
Iš viso (dienos davinio):			40.76	28.78	135.29	963.21

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Šniaukienė

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/32T 1	150	5.01	3.33	27.74	160.90
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, uogos, daržovės	18/20 4	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Nesaldinta juodųjų serbentų arbata	17-1/2 7	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			6.98	8.16	48.45	295.12

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 ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 1	150	4.73	4.17	20.45	138.27
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Orkaitėje kepti kiaulienos kumpinės kukuliai su avižų sėlenomis ir tarkuotu obuoliu (tausojantis)	11-8/160T 2	70 (63/16)	13.50	4.90	3.98	114.01
Virta bulvių ir brokolių košė (tausojantis)	4-3/61T 1	60	1.39	0.86	6.40	38.92
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/5A 3	100	0.92	8.10	6.07	100.89
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			22.26	18.48	45.69	438.09

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių apkepas (tausojantis)	3-8/164T 1	90	6.84	7.94	21.54	185.00
Varškės (9%) ir žolelių padažas	14-1/3 1	20	2.30	1.28	0.78	23.84
Sezoninių daržovių lazdelės	18/19 3	100	0.40	0.40	13.00	57.20
Nesaldinta metų arbata	17-1/2 9	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.54	9.62	35.33	266.04
Iš viso (dienos davinio):			38.78	36.25	129.46	999.25

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Šniaukienė

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, 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
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 11	150	0.60	0.60	19.50	85.80
Nesaldinta melisų arbata	17-1/2 11	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			6.46	4.45	47.12	254.36

Pietūs 12.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38AT 1	150	2.25	4.72	13.04	103.58
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/61T 2	70 (56/14)	14.17	2.73	0.89	84.84
Virti viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6-3/60T 2	80	4.45	2.59	23.49	135.09
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 3	110	1.31	5.76	4.12	73.54
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			23.89	16.24	50.33	443.06

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai ,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės (9 %) apkepas (tausojantis)	7-8/169T 2	110	13.75	9.42	22.90	231.36
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 3	15	0.71	0.38	0.68	8.90
Vaisinis kokteilis (bananai, obuoliai, kiviai) (augalinis)	15-1/5A 1	120	0.62	0.31	12.00	53.30
Iš viso:			15.08	10.11	35.57	293.56
Iš viso (dienos davinio):			45.43	30.79	133.02	990.97

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Sniaukienė

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	
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	3-5/105AT 4	150	4.49	3.82	34.35	189.70
Kefyras (2,5%)	18/4 2	70	2.38	1.75	3.43	38.99
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 4	90	0.36	0.36	11.70	51.48
Iš viso:			7.23	5.93	49.48	280.17

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
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	18/2 1	5	0.24	0.13	0.23	2.97
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškinys su morkomis (tausojantis)	10-5/102T 1	100 (55/45)	14.39	4.77	6.27	125.55
Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT 1	50	1.00	2.26	10.31	65.59
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A 1	50	0.53	1.10	3.36	25.42
Vanduo	17-100	100	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			26.11	12.90	52.45	430.33

Vakarienė 15.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių blyneliai su morkomis, salierais ir graikiško jogurto (2%) padažu	3-6/121 1	105/15	6.85	8.54	24.89	203.85
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	18/20 7	120	0.48	0.48	15.60	68.64
Nesaldinta pankolių arbata	17-1/2 13	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			7.33	9.02	40.49	272.49
Iš viso (dienos davinio):			40.67	27.85	142.43	982.99

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KAUNO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Žvangutis"
KAUNO MIESTAS

Direktorė
Rasa Šniaukienė