



Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo  
8 priedas

## **Kauno lopšelis – darželis „Spindulėlis“**

Kalniečių g. 245A, Kaunas

### **15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

**1-3 m.**

(Be vištienos, veršienos, žuvies produktų, paprikos, aviečių, ankštinių, citrusinių vaisių)

Naudojamas nuo 2023-11-24

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 7.00 iki 19.00 val.

I savaitė						
Pirmadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška (2,5 proc.rieb.) manų košė su uogiene (tausojantis)	33264	145/5	4,50	3,67	28,17	163,71
Duona su lydytu tepamu sūriu (50 proc.rieb.)	16930	20/15	2,66	3,53	10,08	82,73
Sezoniniai vaisiai	63117	100,00	0,35	0,00	8,68	36,13
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,51</b>	<b>7,20</b>	<b>46,94</b>	<b>282,57</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (kopūstų, brokolių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	69110	100,00	2,42	1,21	9,94	60,32
Ruginė duona	18382	20,00	1,22	0,20	9,12	43,16
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	30833	100,00	11,78	10,36	7,58	170,74
Bulvių košė (tausojantis)	21774	90,00	1,50	1,86	13,30	75,90
Kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	71954	70,00	0,81	1,86	5,06	40,18
Agurkų lazdelės	25405	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,01</b>	<b>15,49</b>	<b>46,12</b>	<b>395,89</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc.rieb.) apkepas su ryžiais, praturtintas avižų sėlenomis ir pagardintas migdolų drožlėmis (tausojantis)	18991	125,00	15,85	11,29	23,73	259,89
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi	22187	15,00	0,11	0,06	1,81	8,18
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,95</b>	<b>11,35</b>	<b>25,54</b>	<b>268,08</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>41,48</b>	<b>34,08</b>	<b>118,57</b>	<b>946,89</b>

I savaitė						
Antradienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	31362	150,00	4,74	3,10	27,74	157,76
Duonos sumuštinis su sviestu (82 proc.rieb.), virta dešra a.r. ir agurku (tausojantis)	16931	20/5/15/20	3,04	7,45	10,17	119,87
Nesaldinta kmynų arbata	25359	100,00	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,97</b>	<b>10,69</b>	<b>38,41</b>	<b>281,72</b>
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojantis)	65528	100,00	1,45	2,13	9,03	61,10
Batono skrebutis	16932	15,00	1,13	0,29	7,55	37,24
Kiauliena su troškintais kopūstais (tausojantis)	16073	50/50	13,78	14,79	3,81	203,45
Virtos bulvės (tausojantis)	7767	40,00	0,80	0,04	7,88	35,08
Daržovių (aisbergo salota, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi	71955	90,00	0,87	1,99	3,83	36,68
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	63117	100,00	0,35	0,00	8,68	36,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,41</b>	<b>19,24</b>	<b>41,36</b>	<b>412,25</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su obuoliais	17729	100,00	5,76	6,35	37,88	231,67
Pienas (2,5 proc.rieb.)	25366	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,96</b>	<b>10,10</b>	<b>44,93</b>	<b>310,42</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>36,19</b>	<b>40,10</b>	<b>125,32</b>	<b>1 006,95</b>

I savaitė						
Trečiadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė su uogiene (tausojantis)	33266	135/15	4,66	3,30	32,57	178,58
Sezoniniai vaisiai	63118	110,00	0,66	0,26	15,40	66,59
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,34</b>	<b>3,56</b>	<b>49,80</b>	<b>252,62</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių) sriuba su makaronais (tausojantis) (augalinis)	69110	100,00	2,42	2,41	9,94	71,12
Orkaitėje garuose kepta kalakutienos filė (tausojantis)	3595	100,00	28,48	2,53	0,27	137,76
Grikių (augalinis) (tausojantis)	2673	40,00	2,39	0,59	13,17	67,55
Virtų burokėlių salotos su raugintais agurkais (augalinis)	75473	100,00	1,43	4,75	3,24	61,44
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>34,72</b>	<b>11,65</b>	<b>26,62</b>	<b>350,14</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) praturtinti avižų sėlenomis (tausojantis)	18992	120,00	18,29	9,59	20,27	240,61
Sviesto (82 proc.rieb.) ir grietinės (30 proc.rieb.) padažas	22188	10,00	0,14	3,14	0,15	29,42
Nesaldinta kmynų arbata	25359	100,00	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,63</b>	<b>12,88</b>	<b>20,92</b>	<b>274,12</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>58,77</b>	<b>27,37</b>	<b>97,68</b>	<b>872,11</b>

I savaitė						
Ketvirtadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	17727	150,00	6,78	4,45	26,15	171,75
Batono skrebutis	16932	15,00	1,13	0,29	7,55	37,24
Sezoniniai vaisiai	63119	80,00	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta arbatžolių arbata	25360	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,46</b>	<b>4,48</b>	<b>46,06</b>	<b>250,45</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščių sriuba (tausojantis)	65530	100,00	3,56	2,82	8,24	72,56
Grietinė (30 proc. rieb.)	22186	10,00	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	18382	20,00	1,22	0,20	9,12	43,16
Kalakutienos troškinys su daržovėmis (morkomis) (tausojantis)	39251	139/21	17,81	12,61	4,83	204,12
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	25406	100,00	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>23,67</b>	<b>18,79</b>	<b>26,47</b>	<b>369,68</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta varškė (9 proc.rieb.) su uogomis	439	94/46	16,02	8,64	9,94	181,62
Kukurūzų traputis	10651	20,00	1,84	1,10	14,50	75,26
Nesaldinta arbatžolių arbata	25360	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>17,86</b>	<b>9,74</b>	<b>24,44</b>	<b>256,89</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>47,99</b>	<b>33,02</b>	<b>96,97</b>	<b>877,02</b>



1 savaitė						
Penktadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4956	80,00	11,60	10,99	11,72	192,25
Juoda duona su sviestu (82 proc.rieb.)	16933	20/5	1,25	4,30	9,16	80,32
Agurkų lazdelės	25404	70,00	0,49	0,00	1,96	9,80
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>13,34</b>	<b>15,29</b>	<b>22,84</b>	<b>282,38</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	2637	100,00	2,53	2,68	10,69	77,03
Lietiniai su kiaulienos mente	18986	145/35	11,34	14,91	26,97	287,41
Jogurto (3 proc.rieb.) ir grietinės (30 proc.rieb.) padažas	22184	20,00	0,66	2,43	0,85	27,89
Daržovių (kopūstas, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi	75441	90,00	0,98	1,94	4,00	37,42
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,59</b>	<b>22,07</b>	<b>42,46</b>	<b>430,83</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška grikių kruopų košė su sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	17208	150/5	7,53	7,44	32,50	227,12
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Sezoniniai vaisiai	63122	100,00	0,27	0,36	13,59	58,68
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,80</b>	<b>7,80</b>	<b>46,09</b>	<b>285,80</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>36,74</b>	<b>45,16</b>	<b>111,40</b>	<b>999,01</b>



2 savaitė						
Pirmadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	31362	150,00	4,74	3,10	27,74	157,76
Pilno grūdo batonas su sviestu (82 proc.rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.)	16934	20/5/12	4,49	7,50	10,36	126,95
Nesaldinta kmyņu arbata	25359	100,00	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,42</b>	<b>10,74</b>	<b>38,60</b>	<b>288,80</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	65532	100,00	1,04	0,99	8,96	48,92
Orkaitėje garuose kepta kalakutienos filė (tausojantis)	3595	100,00	28,48	2,53	0,27	137,76
Biri grikių košė (tausojantis)	31369	70,00	2,66	2,29	14,57	89,52
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai)	22724	90,00	0,75	0,05	5,88	26,95
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	35563	150,00	0,45	0,60	22,65	97,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>33,38</b>	<b>6,49</b>	<b>52,40</b>	<b>401,53</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc.rieb.) apkepas (tausojantis)	850	110,00	14,19	9,61	22,28	232,34
Grietinės (30 proc.rieb.) ir uogienės padažas	22189	20,00	0,28	3,00	7,01	56,17
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,45</b>	<b>12,61</b>	<b>28,05</b>	<b>283,46</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>57,26</b>	<b>29,84</b>	<b>119,05</b>	<b>973,80</b>



2 savaitė						
Antradienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtas kiaušinis (tausojantis)	4957	60,00	7,62	6,54	0,54	91,50
Juoda duona su sviestu (82 proc.rieb.)	16933	20/5	1,25	4,30	9,16	80,32
Sezoniniai vaisiai	63120	55,00	0,39	0,11	9,90	42,13
Jogurto (3 proc.rieb.) ir grietinės (30 proc.rieb.) padažas	22184	20,00	0,66	2,43	0,85	27,89
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,99</b>	<b>13,48</b>	<b>20,41</b>	<b>242,94</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	2603	100,00	1,45	3,09	8,77	68,73
Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpiu (žemaičiai) (tausojantis)	25407	100/20	11,26	7,53	40,69	275,51
Jogurto (3 proc.rieb.) - grietinės (30 proc.rieb.) padažas	22184	20,00	0,66	2,43	0,85	27,89
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	25406	100,00	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,27</b>	<b>13,31</b>	<b>54,27</b>	<b>393,94</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Makaronai su aliejumi ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.) (tausojantis)	17730	135/15	10,47	6,59	26,45	206,96
Sezoniniai vaisiai	63118	110,00	0,66	0,26	15,40	75,90
Nesaldinta kmynų arbata	25359	100,00	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,41</b>	<b>7,03</b>	<b>44,50</b>	<b>286,95</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>35,66</b>	<b>33,83</b>	<b>119,18</b>	<b>923,83</b>





Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
Direktorė

Dovilė Velymūnškė

2023-11-24

2 savaitė

Trečiadienis

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	31364	150,00	3,96	1,43	31,39	154,22
Raugintų pasukų (0,3 proc.rieb.) kokteilis su uogomis	25362	100,00	3,05	0,44	20,08	96,49
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	18381	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,32</b>	<b>6,17</b>	<b>44,53</b>	<b>282,94</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba (tausojantis)	65534	100,00	0,89	2,06	7,90	53,73
Grietinė (30 proc.rieb.)	22186	10,00	0,26	3,00	0,27	29,12
Batono skrebutis	16932	15,00	1,13	0,29	7,55	37,24
Kiaulienos mentės maltinis (tausojantis)	30834	70,00	9,80	12,96	8,46	189,73
Bulvių košė (tausojantis)	21774	90,00	1,50	1,86	13,30	75,90
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, konservuoti agurkai)	25408	100,00	0,84	0,06	7,20	32,70
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,54</b>	<b>20,43</b>	<b>45,35</b>	<b>423,43</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Mieliniai blynai	1156	80,00	6,02	10,94	30,10	242,93
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi	22187	15,00	0,11	0,06	1,81	8,18
Sezoniniai vaisiai	63122	100,00	0,27	0,36	13,59	58,68
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,40</b>	<b>11,36</b>	<b>45,49</b>	<b>309,80</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>33,26</b>	<b>37,96</b>	<b>135,38</b>	<b>1 016,17</b>

2 savaitė						
Ketvirtadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Biri grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	31365	150,00	5,30	3,77	30,14	175,65
Duonos sumuštinis su sviestu (82 proc.rieb.), virta dešra (a/r) ir agurku (tausojantis)	16931	20/5/15/20	3,04	7,45	10,17	119,87
Nesaldinta kmynų arbata	25359	100,00	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,35</b>	<b>11,38</b>	<b>41,55</b>	<b>302,03</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščių sriuba (tausojantis)	65530	100,00	3,56	2,82	8,24	72,56
Balandėliai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	10596	60/50	16,69	9,86	8,74	190,44
Virtos bulvės (tausojantis)	7768	60,00	1,20	0,06	11,82	52,62
Pekino kopūstų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	75442	90,00	0,78	6,47	2,30	70,53
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	63117	100,00	0,35	0,00	8,68	36,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,57</b>	<b>19,20</b>	<b>39,79</b>	<b>422,29</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai praturtinti avižų sėlenomis	18994	110,00	15,23	9,51	27,89	258,08
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi	22187	15,00	0,11	0,06	1,81	8,18
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,34</b>	<b>9,57</b>	<b>29,70</b>	<b>266,27</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>46,26</b>	<b>40,15</b>	<b>111,04</b>	<b>990,58</b>

2 savaitė						
Penktadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška (2,5 proc.rieb.) manų košė su uogiene (tausojantis)	33264	145/5	4,50	3,67	28,17	163,71
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške (9 proc.rieb.) ir obuoliais (tausojantis)	636	24/24/12	6,39	2,93	18,18	124,66
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,89</b>	<b>6,60</b>	<b>46,36</b>	<b>288,38</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių (kalafiorai, moliūgai, bulvės, morkos) sriuba (augalinis) (tausojantis)	69145	100,00	0,93	2,11	5,59	45,05
Batono skrebutis	16932	15,00	1,13	0,29	7,55	37,24
Troškinta kalakutienos filė (tausojantis)	18729	100,00	18,42	12,55	2,77	197,69
Biri ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	21775	70,00	2,05	1,60	18,85	98,00
Pomidorai	71959	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Agurkų lazdelės	71960	60,00	0,42	0,00	1,68	8,40
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>23,31</b>	<b>16,73</b>	<b>38,63</b>	<b>398,32</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	25410	160,00	3,27	4,16	31,73	177,47
Kefyras (2,5 proc.rieb.)	25367	200,00	6,40	5,00	8,00	102,60
Sezoniniai vaisiai	63123	100,00	0,40	0,00	6,10	26,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,07</b>	<b>9,16</b>	<b>45,83</b>	<b>306,07</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>44,27</b>	<b>32,49</b>	<b>130,82</b>	<b>992,77</b>



Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
Direktorė

Dovilė Velmynskė  
2023-11-24

3 savaitė						
Pirmadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	31366	150,00	6,90	7,00	25,70	193,41
Uogienė	23186	8,00	0,00	0,00	5,00	20,00
Sezoniniai vaisiai	63120	55,00	0,39	0,11	9,90	42,13
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,28</b>	<b>7,11</b>	<b>40,60</b>	<b>255,55</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	65536	130,00	0,72	0,92	4,64	29,76
Ruginė duona	18382	20,00	1,22	0,20	9,12	43,16
Plovas su jautienos kumpiu (tausojantis)	31148	130,00	15,05	11,30	23,95	257,69
Virtų burokėlių salotos su raugintais agurkais (augalinis)	75473	100,00	1,43	6,12	3,24	73,73
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,25</b>	<b>17,15</b>	<b>43,19</b>	<b>404,10</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai su varškės (9 proc.rieb.) įdaru	2766	80/40	11,52	10,09	25,39	238,46
Grietinės (30 proc.rieb.) ir natūralaus jogurto (3 proc.rieb.) padažas su vanile	22190	25,00	0,81	3,63	2,97	47,75
Nesaldinta kmynų arbata	25359	100,00	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,53</b>	<b>13,86</b>	<b>28,86</b>	<b>290,30</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>38,23</b>	<b>39,51</b>	<b>110,42</b>	<b>950,19</b>



Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
Direktorė  
Dovilė Velmynskė

2023-11-24

3 savaitė						
Antradienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška trijų grūdų (avižų, miežių, kviečių) dribsnių košė (tausojantis)	31367	150,00	4,85	3,62	25,00	151,96
Sezoniniai vaisiai	63121	120,00	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,05</b>	<b>4,10</b>	<b>53,08</b>	<b>273,41</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių (kalafiorai, moliūgai, bulvės, morkos) sriuba (augalinis) (tausojantis)	69145	100,00	0,93	2,11	5,59	45,05
Bulvių plokštainis su kalakutienos kumpelių/šlaunelių mėsa	12935	125/50	14,83	7,59	34,11	264,06
Grietinė (30 proc.rieb.)	22186	10,00	0,26	3,00	0,27	29,12
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	25406	100,00	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,83</b>	<b>12,86</b>	<b>43,96</b>	<b>358,94</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc.rieb.) praturtinti avižų sėlenomis (tausojantis)	18992	120,00	18,29	9,59	20,27	240,61
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi	22187	15,00	0,11	0,06	1,81	8,18
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,40</b>	<b>9,65</b>	<b>22,08</b>	<b>248,79</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>41,29</b>	<b>26,61</b>	<b>119,12</b>	<b>881,15</b>

3 savaitė						
Trečiadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4956	80,00	11,60	10,99	11,72	192,25
Šviesi pilno grūdo duona su sviestu (82 proc. rieb.)	16935	55,00	1,48	4,41	13,84	100,97
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>13,09</b>	<b>15,40</b>	<b>25,57</b>	<b>293,23</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1608	100,00	1,66	2,18	12,01	74,36
Ruginė duona	18382	20,00	1,22	0,20	9,12	43,16
Troškinta kalakutienos kumpelių/šlaunelių mėsa su grietinėle (30 %) ir morkomis (tausojantis)	39252	100,00	10,39	12,49	2,77	164,99
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	31370	60,00	2,30	1,10	18,25	92,10
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, konservuoti agurkai)	25408	100,00	0,84	0,06	7,20	32,70
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,45</b>	<b>16,15</b>	<b>49,63</b>	<b>409,67</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	65541	150,00	6,85	6,83	19,70	167,68
Sezoniniai vaisiai	63121	120,00	1,20	0,48	28,08	121,44
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,05</b>	<b>7,31</b>	<b>47,78</b>	<b>289,12</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>37,59</b>	<b>38,86</b>	<b>122,98</b>	<b>992,02</b>

3 savaitė						
Ketvirtadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių košė paskaninta sviestu (82 proc.rieb) ir uogiene (tausojantis)	33265	135/5/10	4,54	5,50	38,03	219,81
Sezoniniai vaisiai	63119	80,00	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>4,78</b>	<b>5,82</b>	<b>50,11</b>	<b>271,98</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	7783	100,00	1,42	3,08	8,58	67,74
Ruginė duona	18382	20,00	1,22	0,20	9,12	43,16
Virti makaronai su maltu kiaulienos kumpiu (tausojantis)	30837	80/60	20,21	6,80	23,93	237,74
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	25406	100,00	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>23,67</b>	<b>10,24</b>	<b>45,63</b>	<b>369,35</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynėliai su cukinijomis	2770	135/15	7,68	13,18	37,87	300,84
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,68</b>	<b>13,18</b>	<b>37,87</b>	<b>300,84</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>36,13</b>	<b>29,24</b>	<b>133,62</b>	<b>942,17</b>



3 savaitė						
Penktadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška (2,5 proc.rieb.) manų košė su uogiene (tausojantis)	33264	145/5	4,50	3,67	28,17	163,71
Raugintų pasukų (0,3 proc.rieb.) kokteilis su uogomis	25362	100,00	3,02	0,59	13,06	69,60
Sezoniniai vaisiai	63119	80,00	0,24	0,32	12,08	52,16
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,76</b>	<b>4,58</b>	<b>53,32</b>	<b>285,47</b>
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (tausojantis)(augalinis)	1468	100,00	1,26	2,10	8,99	59,91
Kiaulienos sprandinės kepinukai (tausojantis)	416	60,00	10,96	19,31	7,25	246,65
Biri grikių košė (tausojantis)	31369	70,00	2,66	2,29	14,57	89,52
Daržovių (aisbergo salota, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi	75444	90,00	0,83	1,98	3,50	35,17
Vanduo	25364	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,71</b>	<b>25,69</b>	<b>34,31</b>	<b>431,25</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc.rieb.) apkepas su kriaušėmis ir avižų sėlenomis (tausojantis)	10658	120,00	15,83	10,71	16,05	223,91
Grietinės (30 proc.rieb.) ir uogienės padažas	22189	20,00	0,28	3,00	7,01	56,17
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,11</b>	<b>13,71</b>	<b>23,06</b>	<b>280,09</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>39,55</b>	<b>43,97</b>	<b>109,45</b>	<b>991,75</b>