

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas



Kauno menų darželio
Etiudas direktorė
Solveiga Žagarinskienė

2023-10-16

Kauno menų darželis „Etiudas“

Krėvės pr. 105A, LT-50372, Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 METŲ

Naudojama nuo: 2023-10-16

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7.00 iki 19.00 val.

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė (augalinis) (tausojantis)	24358	150,00	5,96	6,64	29,16	200,25
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	19143	22,00	0,25	0,13	3,68	16,87
Fermentinis sūris (45 proc.rieb.)	23773	20,00	4,94	5,04	0,44	66,88
Juodoji arbata be cukraus	25223	150,00	0,00	0,00	0,00	0,04
Iš viso maitinimui:			11,15	11,81	33,29	284,04

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba su agurkais (augalinis) (tausojantis)	36465	100,00	1,11	2,13	9,06	59,85
Tamsi ruginė duona	15205	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Plikytų ryžių plovai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	30629	50,00/60,00	13,19	7,33	22,67	209,42
Šviežių/raugintų kopūstų salotos su morkomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi	21746	60,00	0,79	3,65	5,80	59,28
Konservuotų/ raugintų agurkų griežinėliai/ lazdelės	20193	35,00	0,28	0,07	0,96	5,60
Vanduo su braškėmis	25228	150,00	0,04	0,02	0,27	1,40
Iš viso maitinimui:			16,87	13,60	54,06	406,14

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių miltų blynėliai su obuoliais	17615	77,00/23,00	5,86	7,95	36,54	241,21
Natūralus ekologiškas jogurtas (3,8 proc.rieb.)	22030	10,00	0,37	0,30	0,51	6,22
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	7542	25,00	0,17	0,10	2,29	10,70
Sezoniniai vaisiai	36365	100,00	0,40	0,00	6,10	26,00
Vaistažolių arbata be cukraus	25226	150,00	0,01	0,00	0,01	0,04
Iš viso maitinimui:			6,81	8,35	45,45	284,17
Iš viso dienai:			34,83	33,76	132,8	974,35

1 savaitė
Antradienis

T. V. Št. A. U. C.:
Kauno menų darželio
Etiudas direktorė
Solveiga Žagariuskienė


Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	17459	150,00	4,42	2,91	24,29	140,97
Šviesi duona su sviestu (82 proc.rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.)	8254	27,00/4,00/20,00	6,36	8,62	13,78	158,14
Juodoji arbata su citrina be cukraus	15604	150,00	0,06	0,02	0,54	2,55
Iš viso maitinimui:			10,84	11,54	38,61	301,67

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	65149	100,00	1,86	2,62	9,66	69,64
Tamsi ruginė duona	15205	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Kiaulienos kumpio maltinukai su kopūstais ir ilgagrūdžiais ryžiais (tausojantis)	16523	70,00	11,00	7,00	5,15	127,63
Grietinės (30 proc.rieb.) ir pomidorų padažas	22032	30,00	0,44	4,41	2,90	53,08
Virtos bulvės (tausojantis)	86	80,00	1,60	0,08	15,76	70,16
Paprikų lazdelės	21747	30,00	0,18	0,04	1,34	6,44
Šviežių agurkų griežinėliai/lazdelės	14300	20,00	0,14	0,00	0,56	2,80
Pomidorai/ vyšniniai pomidoriukai	13274	20,00	0,20	0,08	1,16	6,16
Vanduo su citrina	15710	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			16,94	14,64	52,37	409,02

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Konvekciniėje krosnyje kepti varškėčiai (varškė 9 proc.rieb.) (tausojantis)	8987	95,00	14,73	8,46	24,07	231,35
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	7542	25,00	0,17	0,10	2,29	10,70
Sezoniniai vaisiai	63577	80,00	0,56	0,16	14,40	61,28
Kmynų arbata be cukraus	15613	150,00	0,04	0,03	0,10	0,82
Iš viso maitinimui:			15,50	8,74	40,86	304,15
Iš viso dienai:			42,65	33,86	128,37	988,87

1 savaitė
Trečiadienis

Wirtinai
Kauno menų darželio
Etiudas direktore
Solveiga Žagarinskienė



Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtas kiaušinis (tausojantis)	2812	55,00	6,99	6,00	0,50	83,88
Natūralus ekologiškas jogurtas (3,8 proc. rieb.)	22030	10,00	0,37	0,30	0,51	6,22
Konservuoti žirneliai	23641	40,00	1,76	0,12	5,00	28,12
Šviesi duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir agurku	13878	19,00/ 5,00/1 5,00	1,11	4,31	9,80	82,42
Sezoniniai vaisiai	62835	70,00	0,21	0,28	10,57	45,64
Vaisinė arbata be cukraus	25224	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Iš viso maitinimui:			10,44	11,01	26,38	246,36

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šiupininė sriuba (tausojantis) su pienoškomis a.r. dešrelėmis	66288	88,00/ 12,00	2,60	4,74	7,72	83,91
Grietinė (30 proc. rieb.)	15285	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Tamsi ruginė duona	15205	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Troškintas vištienos filė maltinukas (tausojantis)	19300	80,00	13,22	5,14	5,81	122,37
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	20031	70,00	1,64	0,08	15,08	67,60
Šviežių daržovių (aisbergas, agurkas, paprika, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi	39133	140,00	1,33	4,82	7,08	77,05
Vanduo su apelsiniais	15593	150,00	0,03	0,00	0,35	1,54
Iš viso maitinimui:			20,42	16,67	51,48	437,63

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (žaliųjų žirnelių, kopūstų, moliūgų, morkų) troškiny (tausojantis) (augalinis)	20491	150,00	6,08	7,49	31,53	217,83
Vaisinė arbata be cukraus	25233	200	0,01	0,00	0,01	0,05
Sezoniniai vaisiai	62833	80,00	0,80	0,32	18,72	80,96
Iš viso maitinimui:			6,88	7,82	50,25	298,87
Iš viso dienai:			37,75	35,49	128,11	982,86

1 savaitė
Ketvirtadienis

M. Stasius
Kauno menų darželio
Etiudas direktorė
Solveiga Žagarinskienė



Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	4868	150,00	2,06	1,26	14,20	76,38
Tamsi ruginė duona su sviestu (82 proc.rieb.) ir varškės sūriu (13 proc.rieb.)	16838	30,00/3,00 /27,00	7,83	8,79	15,76	173,45
Juodoji arbata su citrina be cukraus	15604	150,00	0,06	0,02	0,54	2,55
Liofilizuotos uogos	10680	10,00	0,76	0,37	5,06	26,61
Iš viso maitinimui:			10,71	10,44	35,55	279,00

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba su grietinėle (35 proc.rieb.) (tausojantis)	54464	95,00/5,00	1,07	2,69	7,72	59,38
Skrebutis su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	23642	20,00	1,72	0,82	8,05	46,46
Lašišos filė ir argentininės lydekos filė maltinukas (tausojantis)	11754	26,00/27,00 /27,00	12,71	6,24	5,50	129,02
Virtos bulvės (tausojantis)	13154	70,00	1,40	0,07	13,79	61,39
Virtų burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	68132	60,00	1,77	2,85	2,36	42,15
Šviežių agurkų griežinėliai/ lazdelės	21751	30,00	0,21	0,00	0,84	4,20
Paprikų lazdelės	21747	30,00	0,18	0,04	1,34	6,44
Vanduo su citrina	15710	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui			19,12	12,73	40,13	351,55

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc.rieb.) (tausojantis)	18915	100,00	13,96	6,44	28,19	226,60
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	7542	25,00	0,17	0,10	2,29	10,70
Sezoniniai vaisiai	58817	100	0,3	0,4	15,1	65,2
Vaistažolių arbata be cukraus	25226	150,00	0,01	0,00	0,01	0,04
Iš viso maitinimui:			14,44	6,94	45,59	302,54
Iš viso dienai:			44,27	30,11	121,27	933,09

Tvirtina:
 Kauno mcnų darželės
 Etiudas direktoriaus
 Solveiga Žagarinskienė



1 savaitė
 Penktadienis

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeięa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	2775	70,00	9,01	7,58	12,42	153,95
Šviesi pilno grūdo duona	5529	35,00	1,82	0,39	17,26	79,76
Agurkų griežinėliai/ lazdelės	13309	30,00	0,21	0,00	0,84	4,20
Vaisinė arbata be cukraus	15584	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Iš viso maitinimui:			11,05	7,97	30,52	238,00

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeięa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	43363	150,00	1,12	1,40	8,54	51,26
Tamsi ruginė duona	15205	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Troškintas kalakutų filė piršteliš (tausojantis)	309	80,00	12,73	3,67	5,32	105,22
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	13324	90,00	2,76	1,00	21,90	107,61
Morkų, salierų ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi	39420	85,00	0,59	0,97	7,63	41,64
Konservuotų/ raugintų agurkų griežinėliai/ lazdelės	20193	35,00	0,28	0,07	0,96	5,60
Konservuoti žirneliai	23641	40,00	1,76	0,12	5,00	28,12
Vanduo su apelsiniais	15593	150,00	0,03	0,00	0,35	1,54
Iš viso maitinimui:			20,74	7,62	65,00	411,58

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeięa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	65162	75,00/25,00	5,17	4,51	20,85	144,67
Jogurtas (3,8 proc. rie.)	25227	125,00	4,63	3,75	6,38	77,75
Sezoniniai vaisiai	62833	80,00	0,80	0,32	18,72	80,96
Iš viso maitinimui:			10,59	8,58	45,95	303,38
Iš viso dienai:			43,13	25,17	141,10	963,46

2 savaitė
Pirmadienis

M. Štalius
Kauno menų darželio
Etiudas direktorė
Solveiga Žagarinskienė

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė (tausojantis)	17676	150,00	5,05	3,41	23,91	146,48
Varškės sūris (13 proc.rieb.)	15114	40,00	8,04	5,20	1,44	84,72
Vaisinė arbata be cukraus	25224	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Iš viso maitinimui:			13,09	8,61	25,36	231,29

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žiedinių kopūstų ir morkų sriuba (augalinis) (tausojantis)	37371	100,00	1,14	2,10	7,88	54,94
Kiaulienos kumpio guliašas su grietinėle (35 proc.rieb.) (tausojantis)	16714	84,00/6,00	9,44	7,08	4,77	120,54
Virtos miežinės kruopos (tausojantis)	21960	70,00	4,12	0,52	28,40	134,76
Konservuotų/ raugintų agurkų griežinėliai/ lazdelės	20753	60,00	0,48	0,12	1,65	9,60
Pomidorai/ vyšniniai pomidorukai	21753	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Paprikų lazdelės	21959	50,00	0,45	0,10	3,35	16,10
Vanduo su citrina	15710	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			16,09	10,09	48,90	350,77

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.) (tausojantis)	290	95,00/25,00	10,71	12,18	18,00	224,43
Sezoniniai vaisiai	36365	100,00	0,40	0,00	6,10	26,00
Vaistažolių arbata be cukraus	25226	150,00	0,01	0,00	0,01	0,04
Iš viso maitinimui:			11,11	12,18	24,10	250,47
Iš viso dienai:			40,29	30,88	98,36	832,53

2 savaitė
Antradienis

Intaruš
Kauno menų darželio
Etiudas direktorė
Solveiga Žagarinskienė
Solveiga Žagarinskienė

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	17459	150,00	4,42	2,91	24,29	140,97
Šviesi duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	16839	30,00/5,00/20,00	6,52	8,65	15,26	164,98
Juodoji arbata be cukraus	25223	150,00	0,00	0,00	0,00	0,04
Iš viso maitinimui:			10,94	11,56	39,55	305,99

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	65156	93,00/7,00	3,24	2,72	13,58	91,75
Grietinė (30 proc. rieb.)	22031	10,00	0,26	3,00	0,27	29,12
Tamsi ruginė duona	15205	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Troškintas kiaulienos kumpio kukulis (tausojantis)	26923	80,00	11,73	4,43	6,43	112,49
Bulvių košė (tausojantis)	15512	60,00	1,50	2,77	12,31	80,17
Pekino kopūsto, porų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi	71366	100,00	1,23	2,07	3,95	39,38
Vanduo su apelsiniais	15593	150,00	0,03	0,00	0,35	1,54
Iš viso maitinimui:			19,46	15,38	52,20	425,04

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	11047	100,00	13,61	9,65	16,21	206,17
Sviesto (82 proc. rieb.) ir grietinės (30 proc. rieb.) padažas (tausojantis)	22037	12,00	0,25	5,16	0,27	48,50
Sezoniniai vaisiai	62832	70,00	0,28	0,00	6,93	28,84
Vaisinė arbata be cukraus	15584	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Iš viso maitinimui:			14,15	14,82	23,41	283,60
Iš viso dienai:			43,43	42,48	117,12	1 024,51

2 savaitė
Trečiadienis

T. V. V. V.
Kauno menų darželio
Etiudas direktorė
Solveiga Žagarinskienė

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	17772	150	3,68	5,03	29,20	176,79
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	22035	25,00	0,17	0,10	2,29	10,70
Jogurtas (3,8 proc.rieb.)	25229	125,00	4,63	3,75	6,38	77,75
Vaistažolių arbata be cukraus	25226	150,00	0,01	0,00	0,01	0,04
Iš viso maitinimui:			9,23	9,88	37,50	275,78

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	51060	100,00	0,95	6,12	7,56	89,15
Skrebutis su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	23642	20,00	1,72	0,82	8,05	46,46
Maltas viščiukų broilerių krūtinėlių filė kepsniukas (tausojantis)	37248	80,00	17,35	6,18	5,49	146,98
Virti makaronai (tausojantis)	21758	50,00	3,01	1,46	11,61	71,59
Morkų salotos su alyvuogių aliejumi	39795	60,00	0,60	1,88	6,15	43,96
Pomidorai/ vyšniniai pomidorai	20755	28,00	0,28	0,11	1,62	8,62
Šviežių agurkų griežinėliai/ lazdelės	21751	30,00	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su apelsiniais	15593	150,00	0,03	0,00	0,35	1,54
Iš viso maitinimui:			24,15	16,58	41,68	412,50

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniškos a.r. dešrelės (tausojantis)	23643	50,00	7,80	10,80	1,80	135,60
Tamsi ruginė duona	23649	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Šviežių/raugintų agurkų griežinėliai/ lazdelės	21755	30,00	0,21	0,00	0,84	4,20
Pomidorai/ vyšniniai pomidorai	13274	20,00	0,20	0,08	1,16	6,16
Sezoniniai vaisiai	36738	100,00	0,90	0,10	11,70	51,30
Vaisinė arbata be cukraus	25222	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Iš viso maitinimui:			10,59	11,37	30,81	267,89
Iš viso dienai:			42,59	38,37	111,64	962,20

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtas kiaušinis (tausojantis)	2812	55,00	6,99	6,00	0,50	83,88
Natūralus ekologiškas jogurtas (3,8 proc. rieb.)	22030	10,00	0,37	0,30	0,51	6,22
Konservuoti žirneliai	23641	40,00	1,76	0,12	5,00	28,12
Šviesi duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir agurku	9462	27,00/5,00/ 20,00	1,57	4,40	13,91	101,49
Sezoniniai vaisiai	37617	90,00	0,63	0,18	16,20	68,94
Vaisinė arbata be cukraus	15584	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Iš viso maitinimui:			11,32	11,00	36,12	288,73

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių/raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	65153	100,00	1,18	2,06	8,54	57,40
Tamsi ruginė duona	2221	35,00	1,72	0,46	17,85	82,36
Argentininė jūros lydekos filė maltinukas (tausojantis)	11259	90,00	13,08	4,82	5,92	119,40
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	20031	70,00	1,64	0,08	15,08	67,60
Paprikų lazdelės	21747	30,00	0,18	0,04	1,34	6,44
Šviežių agurkų griežinėliai/lazdelės	14300	20,00	0,14	0,00	0,56	2,80
Pomidorai/ vyšniniai pomidorai	13760	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Vanduo su citrina	15710	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			18,29	7,59	51,57	347,75

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	65163	100,00	3,26	3,95	19,96	128,41
Karšti sumuštiniai su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	16845	35,00/3,00/ 18,00	7,26	7,80	19,11	175,69
Iš viso maitinimui:			10,52	11,75	39,07	304,10
Iš viso dienai:			40,13	30,34	126,76	940,58



2 savaitė
 Penktadienis

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	17895	150,00	4,40	1,46	30,40	152,37
Sūrio lazdelė (40 proc.rieb.)	9973	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoniniai vaisiai	62833	80,00	0,80	0,32	18,72	80,96
Vaistažolių arbata be cukraus	25226	150,00	0,01	0,00	0,01	0,04
Iš viso maitinimui:			10,55	5,94	49,21	292,49

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių (batatai, paprikos, morkos, brokoliai, šaldyti žirneliai) sriuba (augalinis) (tausojantis)	65157	100,00	2,40	2,24	8,62	64,27
Tamsi ruginė duona	15205	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Troškintas kalakutienos krūtinėlės filė mėsos maltinukas (tausojantis)	36854	90,00	13,17	6,51	6,22	136,14
Bulvių košė (tausojantis)	13541	80,00	1,69	1,96	14,28	81,50
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	482	60,00	0,78	1,84	3,40	33,30
Šviežių agurkų griežinėliai/ lazdelės	21751	30,00	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su braškėmis	25228	150,00	0,04	0,02	0,27	1,40
Iš viso maitinimui:			19,75	12,96	48,93	391,41

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių pyragas (tausojantis)	2806	80,00	5,85	6,72	29,32	201,20
Jogurtas (3,8 proc.rieb.)	25229	125,00	4,63	3,75	6,38	77,75
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	22029	26,00	0,18	0,10	2,59	11,98
Vaisinė arbata be cukraus	25224	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Iš viso maitinimui:			10,65	10,58	38,30	291,01
Iš viso dienai:			40,95	29,48	136,44	974,91

Tristius

Kauno menų darželio
Etiudas direktorė
Solveiga Žagarinskienė

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Penkių grūdų dribsnių košė (miežių, kviečių, avižų, rugių, sorų dribsnių) (sviestas 82 proc. rieb.) (tausojantis)	18009	147,00/3,00	3,26	3,15	21,71	128,23
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	18262	40,00	10,68	8,32	0,16	118,24
Vaisinė arbata be cukraus	15584	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Liofilizuotos uogos	10680	10,00	0,76	0,37	5,06	26,61
Iš viso maitinimui:			14,70	11,85	26,94	273,16

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	37725	100,00	3,54	1,75	14,64	88,48
Tamsi ruginė duona	15205	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Plikytų ryžių plovas su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	17103	50,00/60,00	13,19	7,33	22,67	209,42
Konservuotų/ raugintų agurkų griežinėliai/ lazdelės	13750	60,00	0,48	0,12	1,65	9,60
Pomidorai/ vyšniniai pomidoriukai	13760	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Paprikų lazdelės	21747	30,00	0,18	0,04	1,34	6,44
Vanduo su citrina	15710	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			19,21	9,77	57,87	396,28

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)	18915	100,00	13,96	6,44	28,19	226,60
Sviesto (82 proc. rieb.) ir grietinės (30 proc. rieb.) padažas (tausojantis)	20794	10,00	0,22	4,04	0,23	38,16
Vaistažolių arbata be cukraus	25226	150,00	0,01	0,00	0,01	0,04
Sezoniniai vaisiai	62830	100,00	0,40	0,00	6,10	26,00
Iš viso maitinimui:			14,59	10,48	34,53	290,80
Iš viso dienai:			48,5	32,1	119,34	960,24

3 savaitė
Antradienis

Solveiga Žagarinskienė

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	18139	150,00	4,12	1,43	28,40	142,95
Šviesi duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	16839	30,00/5,00/20,00	6,52	8,65	15,26	164,98
Juodoji arbata su citrina be cukraus	15604	150,00	0,06	0,02	0,54	2,55
Iš viso maitinimui:			10,70	10,10	44,20	310,48

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su kopūstais (tausojantis)	37727	85,00/15,00	1,25	1,07	5,73	37,60
Grietinė (30 proc. rieb.)	22034	12,00	0,31	3,60	0,32	34,94
Tamsi ruginė duona	15205	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Troškintas kiaulienos kumpio kukulis (tausojantis)	30184	80,00	10,45	6,81	6,46	128,90
Bulvių košė (tausojantis)	21754	80,00	1,68	2,90	12,94	84,55
Morkų salotos su alyvuogių aliejumi	39795	60,00	0,60	1,88	6,15	43,96
Agurkų griežinėliai/ lazdelės	21399	50,00	0,42	0,10	1,43	8,32
Vanduo su apelsiniais	15593	150,00	0,03	0,00	0,35	1,54
Iš viso maitinimui:			16,10	16,73	48,36	408,48

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai su varške (9 proc. rieb.)	11398	70,00/30,00	12,12	8,34	30,65	246,08
Trintos šaldytos/ šviežios uogos	22029	26,00	0,18	0,10	2,59	11,98
Vaisininė arbata be cukraus	25223	150,00	0,00	0,00	0,00	0,04
Sezoniniai vaisiai	62829	90,00	0,81	0,09	10,53	46,17
Iš viso maitinimui:			13,10	8,53	43,78	304,27
Iš viso dienai:			39,87	35,28	136,36	1 022,47

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	17434	150,00	4,55	3,78	25,82	155,50
Šviesi duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir varškės sūriu (13 proc. rieb.)	9389	27,00/4,00/20,00	5,44	6,18	14,06	133,62
Vaistažolių arbata be cukraus	25226	150,00	0,01	0,00	0,01	0,04
Iš viso maitinimui:			10,00	9,96	39,89	289,16

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta brokolių ir batatų sriuba (augalinis) (tausojantis)	37824	100,00	1,70	1,14	7,72	47,94
Tamsi ruginė duona	15205	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Vištienos guliašas su grietinėle (35 proc. rieb.) (tausojantis)	20177	42,00/68,00	15,70	6,26	4,25	136,14
Virti griekiai (tausojantis)	13272	60,00	2,27	0,56	12,47	63,99
Pomidorų, agurkų ir krapų salotos su alyvuogių aliejumi	40936	90,00	0,72	1,05	3,60	26,75
Paprikų lazdelės	14298	20,00	0,18	0,04	1,34	6,44
Vanduo su apelsiniais	3761	150,00	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			22,08	9,45	45,27	354,42

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Konvekciniėje krosnyje keptos bulvės su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	25337	140,00	2,82	2,14	27,10	138,90
Kefyras (2.5 proc. rieb.)	443	150,00	4,80	3,75	6,00	76,95
Sezoniniai vaisiai	38578	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
Iš viso maitinimui:			8,22	6,13	47,14	276,57
Iš viso dienai:			40,3	25,54	132,3	920,15

3 savaitė
Ketvirtadienis

M. Stiu
Kauno menų darželio
Etiudas direktorė
Solveiga Žagarinskienė

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	2775	70,00	9,01	7,58	12,42	153,95
Pilno grūdo batonas	15316	30,00	2,40	0,69	16,02	79,89
Pomidorai/ vyšniniai pomidorai	13760	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Sezoniniai vaisiai	63577	80,00	0,56	0,16	14,40	61,28
Vaisinė arbata be cukraus	15584	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Iš viso maitinimui:			12,28	8,56	44,58	304,45

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių ir pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	37910	100,00	3,00	1,22	9,32	60,20
Tamsi ruginė duona	15205	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Lašišos ir lydekos filė maltinukas (tausojantis)	20673	34,00/2 8,00/28, 00	12,36	9,55	5,50	157,35
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	21868	70,00	1,64	0,08	15,08	67,60
Šviežių agurkų griežinėliai/ lazdelės	14300	20,00	0,14	0,00	0,56	2,80
Virtų burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	39280	50,00	1,47	1,01	1,96	22,79
Konservuoti žirneliai	23641	40,00	1,76	0,12	5,00	28,12
Vanduo su citrina	15710	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			21,89	12,37	53,26	411,97

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieб.) apkepas (tausojantis)	18913	100,00	15,06	10,54	16,95	222,88
Sviesto (82 proc. rieб.) ir grietinės (30 proc. rieб.) padažas (tausojantis)	22037	12,00	0,25	5,16	0,27	48,50
Sezoniniai vaisiai	62832	70,00	0,28	0,00	6,93	28,84
Vaistažolių arbata be cukraus	25226	150,00	0,01	0,00	0,01	0,04
Iš viso maitinimui:			15,59	15,70	24,15	300,26
Iš viso dienai:			49,76	36,63	121,99	1016,68

3 savaitė
Penktadienis

Mistina
Kauno menų darželio
Etiudas direktorė
Solveiga Žagarinskienė

Solveiga Žagarinskienė

Pusryčiai 08:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Manų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	17676	150,00	3,36	3,85	23,77	143,17
Šviesi duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir agurku	9462	27,00/5,00/20,00	1,57	4,40	13,91	101,49
Vaisinė arbata be cukraus	25224	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Iš viso maitinimui:			4,93	8,25	37,69	244,75

Pietūs 12:10 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Vištienos filė sultinys su makaronais (tausojantis)	66280	90,00/10,00	2,92	0,91	6,43	45,54
Tamsi ruginė duona	15205	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Šutinta kalakutų filė su grietinėle (35 proc. rieb.) (tausojantis)	19776	75,00/10,00	12,75	5,94	1,81	111,65
Virti birūs griekiai (augalinis) (tausojantis)	17894	80,00	4,16	1,02	22,87	117,32
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	482	60,00	0,78	1,84	3,40	33,30
Paprikų lazdelės	14298	20,00	0,18	0,04	1,34	6,44
Vanduo su apelsiniais	15593	150,00	0,03	0,00	0,35	1,54
Iš viso maitinimui:			22,28	10,14	51,50	386,38

Vakarienė 15:40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniškų a.r. dešrelės (tausojantis)	23643	50,00	7,80	10,80	1,80	135,60
Tamsi ruginė duona	23649	30,00	1,47	0,39	15,30	70,59
Agurkų griežinėliai/ lazdelės	19482	25,00	0,20	0,03	0,60	3,43
Pomidorai/ vyšniniai pomidorai	21753	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Sezoniniai vaisiai	62854	120,00	0,36	0,48	18,12	78,24
Kmynų arbata be cukraus	15613	150,00	0,04	0,03	0,10	0,82
Iš viso maitinimui:			10,24	11,86	38,15	300,26
Iš viso dienai:			39,13	29,81	127,47	934,70