TVIRTINU
Direktorė Vera Janikūnienė
2026 m. 09 mėn. 02 d.

Lietuvos Respublika
Panevėžio regos centras „Linelis"

PANEVĖŽIO REGOS CENTRAS
„LINELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
4 – 7 metų amžiaus vaikams

Įstaigos grupių darbo laikas:

07:12 – 18:00

1 savaitė

Pirmadienis

Darželis

Tvirtinu: Direktorė Vera Janikūnie
(pareigos, vardas, pavardė)

Lietuvos Respublika Panevėžio regos centras „Linelis"



Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų kruopų košė praturtinta avižų sėlenomis ir pagardinta uogomis (tausojantis)	Kr022	200	7.56	11.60	33.10	265.7
Sumuštinis su virta dešra	Nr.1-1	40	3.23	7.50	10.13	120.8
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.0
		Iš viso:	**10.79**	**19.10**	**43.23**	**386.6**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis,kopūstais ir morkomis(aug.,taus.)	1-3/34AT	150	3.62	1.62	16.20	85.8
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.6
Ruginė duona	D20	20	1.02	0.18	11.86	53.1
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinukas praturtintas kviečių sėlenomis (tausojantis)	K002	100	19.98	19.84	3.61	273.2
Bulvių košė(tausojantis)	Gr012	120	2.70	3.50	20.00	122.2
Švieži pomidorai	18/23	60	0.60	0.12	2.46	10.2
Švieži agurkai	D	60	0.48	0.12	1.38	6.6
		Iš viso:	**28.52**	**26.88**	**55.67**	**565.9**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška ryžių kruopų sriuba (tausojanti) (vakarienei)	S27a.	150	4.66	3.97	19.55	134.8
Viso grūdo batonas su sviestu	3	25	1.64	4.72	10.08	89.34
Bananai	SV2	120	1.56	0.39	30.03	129.87
		Iš viso:	**7.86**	**9.08**	**59.66**	**354.01**
		Iš viso (dienos davinio):	**47.17**	**55.06**	**158.56**	**1306.55**

1 savaitė Darželis

Antradienis

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui
Tvirtinu: Saulanta Pusvaškienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	3-3/52AT	150	8.88	4.11	48.86	267.89
Viso grūdo duona su sviestu	D	30	1.32	4.32	14.88	103.67
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
		Iš viso:	**10.20**	**8.43**	**63.74**	**371.56**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Rūgštynių sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/33A	150	1.57	5.91	12.83	108.91
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Ruginė duona	D20	20	1.02	0.18	11.86	53.11
Kapotos vištienos kepsniukai (tausojantis)	P019	116	17.08	6.76	4.11	151.71
Virtos bolivinės balandos (tausojantis)	Gr009	120	5.09	7.08	23.11	172.90
Daržovių rinkinukas (agurkas, paprika,brokolis)(augalinis)	D008	150	2.55	0.55	7.30	34.50
		Iš viso:	**27.43**	**21.98**	**59.37**	**535.73**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės apkepas(varškė 9%) (tausojantis)	7-8	140	16.07	11.41	28.20	288.17
Grietinės- uogų padažas	P-2	20	0.28	3.01	2.08	36.56
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.40	0.30	13.40	52.00
		Iš viso:	**16.75**	**14.72**	**43.68**	**376.73**
		Iš viso (dienos davinio):	**54.38**	**45.13**	**166.79**	**1284.02**

1 savaitė Darželis

Trečiadienis

Direktorė
Vera Janikūnienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	3-3/30T	200	4.67	3.58	35.42	201.01
Varškės sūrelis	1	100	15.60	7.00	7.00	161.50
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
		Iš viso:	**20.27**	**11.48**	**42.42**	**362.51**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis , tausojantis)	1-3/41AT	150	1.79	4.33	12.13	93.55
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Duona ruginė	D4	30	1.54	0.26	17.79	79.67
Orkaitėje keptas žuvies (sterko filė) kotletas	Ž-1	80	15.94	7.19	1.23	133.94
Bulvių košė su ciberžole ir krapais(tausojantis)	Gr.2	100	2.30	2.97	16.94	104.82
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir marinuotais agurkais (augalinis)	5-3/60A	110	2.09	7.32	9.89	110.90
		Iš viso:	**23.78**	**23.57**	**58.14**	**537.48**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir kietu sūriu (tausojantis)	6-5/101T	120	8.45	6.45	39.96	252.96
Trapučiai	TR3	20	1.84	0.16	13.12	61.28
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	1.44	0.36	27.72	119.88
		Iš viso:	**11.73**	**6.97**	**80.80**	**434.12**
		Iš viso (dienos davinio):	**55.78**	**42.02**	**181.36**	**1334.11**

1 savaitė Darželis

Ketvirtadienis

Direktorė Vera Janikūnienė

Tvirtinu (pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir ypač tyru alyv. aliejumi	3-3/31A	200	5.20	7.54	29.49	212.99
Jogurtas		125	5.13	4.00	16.88	125.00
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
		Iš viso:	**10.33**	**11.54**	**46.37**	**337.99**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis, brokoliu (augalinis, tausojantis)	1-3/31A	150	2.27	4.64	15.04	109.15
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Viso grūdo duona	D2	30	1.54	0.26	17.79	79.67
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	K006	56/29	17.02	19.36	5.22	262.44
Virtos bulvės (augalinis , tausojantis)	G-2	100	2.00	0.10	18.30	82.10
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos	KP2	70	0.77	4.76	2.88	56.27
		Iš viso:	**23.72**	**30.62**	**59.39**	**604.23**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Blyneliai su bananais(tausojantis)	MP3	160	9.08	12.77	44.57	336.74
Grietinės- uogų padažas	P-2	20	0.28	3.01	2.08	36.56
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.80	0.20	11.00	43.00
		Iš viso:	**10.16**	**15.98**	**57.65**	**416.30**
		Iš viso (dienos davinio):	**44.21**	**58.14**	**163.41**	**1358.52**

1 savaitė

Penktadienis

Darželis

Tvirtinu: Direktorė Vera Janikūnie

(pareigos, vardas, pavardė)

Lietuvos Respublika * Panevėžio regos centras "Linelis" *

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti varškėčiai (tausojantis)	V014	150	17.52	7.43	33.56	278.53
Sviesto-grietinės padažas	P2	20	0.32	11.20	0.42	103.76
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.40	0.40	13.00	53.00
		Iš viso:	**18.24**	**19.03**	**46.98**	**435.29**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/21A	150	2.21	5.78	12.32	104.44
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Viso grūdo duona	D3	40	2.05	0.35	23.72	106.22
Kalakutienos maltinukas su kviečių sėlenomis (tausojantis)	P016	100	17.44	7.54	6.47	162.82
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	3-5/105AT	100	2.83	2.68	21.72	121.46
Virti burokėlai su svogūnais (augalinis , tausojantis)	4-3/69AT	90	1.31	5.66	7.76	83.18
		Iš viso:	**25.96**	**23.51**	**72.15**	**592.72**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniškos dešrelės su pomidorų padažu	KP5	90/7	10.88	13.76	2.31	176.93
Švieži agurkai	D	60	0.48	0.12	1.38	6.60
Viso grūdo duona su sviestu	D	30	1.32	4.32	14.88	103.67
Kmynų arbata	17-1/2	200	0.25	0.18	0.62	4.16
Sezoniai vaisai	zv-16	120	1.08	0.27	20.79	89.91
		Iš viso:	**14.01**	**18.65**	**39.98**	**381.27**
		Iš viso (dienos davinio):	**58.21**	**61.19**	**159.11**	**1409.28**

2 savaitė Darželis Tvirtinu: Direktorė Vera Janikūni

(pareigos, vardas, pavardė)

Pirmadienis

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška kukurūzų košė (tausojantis)	Kr006	200	8.04	7.11	49.80	299.06
Šaldytos uogos	U-1	30	0.12	0.03	2.10	9.15
Sūrio lazdelės	L	20	5.20	3.60	0.40	54.80
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
		Iš viso:	**13.36**	**10.74**	**52.30**	**363.01**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta daržovių sriuba(augalinis) (tausojantis)	S-1	150	2.37	0.19	12.60	60.68
Grietinėlė	Gr-5	5	0.11	1.80	0.14	17.15
Kvietinė duona	KD	40	3.44	1.12	18.80	102.40
Guliašas (paukštienos)	1G	120	18.44	12.35	4.22	202.30
Brinkinti grikiai (augalinis) (tausojantis)	Gr018	100	4.41	1.09	24.26	124.43
Šviežių daržovių salotos su pomidorais ir agurkais(augalinis)	S-6	100	1.22	3.03	3.61	40.81
		Iš viso:	**29.99**	**19.58**	**63.63**	**547.77**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Skryliai (tausojantis)	MP1	150	8.18	3.68	45.59	255.56
Sviesto-grietinės padažas	P1	25	0.46	14.34	0.60	133.27
Kmynų arbata	17-1/2	200	0.25	0.18	0.62	4.16
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.40	0.30	13.40	52.00
		Iš viso:	**9.29**	**18.50**	**60.21**	**444.99**
		Iš viso (dienos davinio):	**52.64**	**48.82**	**176.14**	**1355.77**

2 savaitė Darželis Tvirtinu: Direktorė Vera Janikūnie

(parašas, vardas, pavardė)

Antradienis

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Kr023	200	5.56	6.35	22.81	170.60
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Viso grūdo batonas su sviestu	3	25	1.64	4.72	10.08	89.34
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.40	0.40	13.00	53.00
		Iš viso:	**7.60**	**11.47**	**45.89**	**312.94**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/39	150	1.44	2.56	10.70	68.93
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Viso grūdo duona	D3	40	2.05	0.35	23.72	106.22
Orkaitėje kepti kiaulienos - jautienos kukuliai (tausojantis)	K005	100	18.05	14.21	1.39	208.07
Bulvių košė(tausojantis)	Gr012	120	2.70	3.50	20.00	122.29
Daržovių salotos su saldžiąja paprika (augalinis)	S010	60	0.64	3.41	4.91	51.43
		Iš viso:	**25.00**	**25.53**	**60.88**	**571.54**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas su fermentiniu sūriu, žalumynais (tausojantis)	Ki003	100	8.06	10.43	5.34	167.12
Švieži pomidorai	18/23	60	0.60	0.12	2.46	10.20
Viso grūdo duona su sviestu	D	30	1.32	4.32	14.88	103.67
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	1.44	0.36	27.72	119.88
		Iš viso:	**11.42**	**15.23**	**50.40**	**400.87**
		Iš viso (dienos davinio):	**44.02**	**52.23**	**157.17**	**1285.35**

2 savaitė Darželis

Trečiadienis

Tvirtinu
(pareigos, vardas, pavardė)

Direktorė
Vera Janikūn

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška ryžių košė (tausojantis)	Kr003	200	7.44	7.68	44.37	279.68
Šaldytos uogos	U-1	30	0.12	0.03	4.10	17.15
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	1.20	0.30	23.10	99.90
		Iš viso:	**8.76**	**8.01**	**71.57**	**396.73**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150	1.26	1.36	8.44	49.76
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Duona viso grūdo	D1	50	2.56	0.44	29.65	132.78
Žuvies maltinis(jūros lydeka) (tausojantis)	Ž011	100	16.05	11.06	2.11	172.52
Virtos bulvės (augalinis , tausojantis)	G-2	100	2.00	0.10	18.30	82.10
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir agurkais (augalinis)	2-3/61A	110	2.35	7.38	8.78	107.29
Švieži pomidorai	18/23	60	0.60	0.12	2.46	10.20
		Iš viso:	**24.94**	**21.96**	**69.90**	**569.25**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Blyneliai su obuoliais (tausojantis)	MP2	180	6.55	4.41	50.54	272.69
Grietinės- uogų padažas	P-2	20	0.28	3.01	2.08	36.56
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.63	0.18	13.14	51.30
		Iš viso:	**7.46**	**7.60**	**65.76**	**360.55**
		Iš viso (dienos davinio):	**41.16**	**37.57**	**207.23**	**1326.53**

2 savaitė Darželis

Ketvirtadienis

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui
Samanta Pusvaškienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	3-3/30T	200	4.67	3.58	35.42	201.01
Sūrio lazdelės	L	20	5.20	3.60	0.40	54.80
Juoda arbata su pienu(2,5%)	G005	100	1.60	1.25	7.35	47.05
		Iš viso:	**11.47**	**8.43**	**43.17**	**302.86**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių sriuba (tausojantis, augalinis)	Sr015	150	4.67	1.97	18.65	110.31
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Duona ruginė	D4	30	1.54	0.26	17.79	79.67
Kiaulienos kotletas(tausojantis)	K-2	80	15.18	15.55	0.79	204.77
Virtos bulvės (augalinis , tausojantis)	G-2	100	2.00	0.10	18.30	82.10
Raugintų kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi (sezono metu)	Nr.S-31	100	0.80	5.48	1.80	63.32
		Iš viso:	**24.31**	**24.86**	**57.49**	**554.77**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Orkaitėje kepti varškėčiai(varškė 9%) su viso grūdo kvietiniais miltais	7-166T	110	16.74	8.05	26.69	251.45
Sviesto-grietinės padažas	P2	20	0.32	11.20	0.42	103.76
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.40	0.30	13.40	52.00
		Iš viso:	**17.46**	**19.55**	**40.51**	**407.21**
		Iš viso (dienos davinio):	**53.24**	**52.84**	**141.17**	**1264.84**

2 savaitė

Penktadienis

Darželis

Tvirtinu:
Direktorė
Vera Janikūnie
(pareigos, vardas, pavardė)



Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo avižų kruopų košė su obuoliu, cinamonu ir sviestu (tausojantis)	3-3/55 AT	200	6.96	4.74	31.92	186.68
Kmynų arbata	17-1/2	200	0.25	0.18	0.62	4.16
Sausainiai	S-1	50	4.00	4.85	32.00	187.65
		Iš viso:	**11.21**	**9.77**	**64.54**	**378.49**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis, tausojantis)	1-3/35A	150	4.86	3.15	20.38	119.60
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Viso grūdo duona	D3	40	2.05	0.35	23.72	106.22
Grietinėlėje troškinta vištienos filė su morkomis(tausojantis)	1-2	100	18.88	14.31	4.91	223.79
Ryžių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	3-3/36AT	100	3.23	1.06	28.08	138.87
Švieži pomidorai	D-2	100	1.00	0.20	4.10	17.00
Švieži agurkai	D	60	0.48	0.12	1.38	6.60
		Iš viso:	**30.62**	**20.69**	**82.73**	**626.68**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis) (vakarienei)	Sr025	200	7.24	8.07	21.31	188.03
Viso grūdo batonas su sviestu	3	25	1.64	4.72	10.08	89.34
Bananai	SV2	120	1.56	0.39	30.03	129.87
		Iš viso:	**10.44**	**13.18**	**61.42**	**407.24**
		Iš viso (dienos davinio):	**52.27**	**43.64**	**208.69**	**1412.41**

3 savaitė

Pirmadienis

Darželis

Direktorė
Vera Janikūnienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Kr023	200	6.20	6.85	23.75	181.42
Viso grūdo batonas su sviestu	3	25	1.64	4.72	10.08	89.34
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.80	0.20	11.00	43.00
		Iš viso:	**8.64**	**11.77**	**44.83**	**313.76**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis)	Sr002	150	1.31	2.08	10.72	66.44
Grietinėlė	Gr-5	5	0.11	1.80	0.14	17.15
Kvietinė duona	KD	40	3.44	1.12	18.80	102.40
Karališki balandėliai(kiauliena)	Nr.6	100	19.99	17.80	6.02	265.35
Bulvių košė su ciberžole ir krapais(tausojantis)	Gr.2	100	2.30	2.97	16.94	104.82
Šviežių daržovių salotos su alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S007	100	1.01	4.88	5.05	62.62
		Iš viso:	**28.16**	**30.65**	**57.67**	**618.78**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Orkaitėje kepti varškėčiai(varškė 9%) su viso grūdo kvietiniais miltais	7-166T	110	16.74	8.05	26.64	251.24
Grietinė	P5	20	0.48	6.00	0.62	58.40
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.40	0.40	13.00	53.00
		Iš viso:	**17.62**	**14.45**	**40.26**	**362.64**
		Iš viso (dienos davinio):	**54.42**	**56.87**	**142.76**	**1295.18**

3 savaitė Darželis

Antradienis

Tvirtinu: Direktorė Vera Ianikūnienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų kruopų košė praturtinta avižų sėlenomis ir pagardinta uogomis (tausojantis)	Kr022	200	7.56	11.60	38.09	265.70
Sumuštinis su virta dešra	Nr.1-1	40	3.23	7.50	10.13	120.86
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
		Iš viso:	**10.79**	**19.10**	**43.22**	**386.56**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių sriuba (tausojantis, augalinis)	Sr015	150	4.67	1.97	18.65	110.31
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Duona ruginė	D4	30	1.54	0.26	17.79	79.67
Bulvių plokštainis	BP2`	150	5.62	8.11	36.48	239.92
Sviesto-grietinės padažas	P1	25	0.46	14.34	0.60	133.27
		Iš viso:	**12.41**	**26.18**	**73.68**	**577.77**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Lietinis blynas	M-1	120	9.05	9.61	44.72	308.06
Natūralus jogurtas su braškėmis	U023	80	2.65	2.36	7.07	59.79
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.40	0.00	6.10	26.00
		Iš viso:	**12.10**	**11.97**	**57.89**	**393.85**
		Iš viso (dienos davinio):	**35.30**	**57.25**	**174.79**	**1358.18**

3 savaitė

Trečiadienis

Darželis

Direktorė
Vera Janikūnienė
(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	Ki002	50	3.00	3.00	0.18	54.24
Viso grūdo batonas su sviestu	3	25	1.64	4.72	10.08	89.34
Švieži pomidorai	18/23	60	0.60	0.12	2.46	10.20
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	1.44	0.36	27.72	119.88
		Iš viso:	**6.68**	**8.20**	**40.44**	**273.66**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba(augalinis,tausojantis)	Sr018	150	1.86	1.95	8.28	53.04
Grietinėlė	Gr-5	5	0.11	1.80	0.14	17.15
Orkaitėje kepti lašišų kasneliai (tausojantis)	Ž014	70	19.89	15.55	0.18	220.10
Virti raudonieji lęšiai (augalinis, tausojantis)	Gr004	120	11.03	1.02	29.12	179.52
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A	130	2.14	3.24	13.86	86.57
Kvietinė duona	D-20	20	1.72	0.56	9.40	51.20
		Iš viso:	**36.75**	**24.12**	**60.98**	**607.58**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti varškėčiai su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T	120	15.43	6.86	30.81	253.92
Sviesto-grietinės padažas	P2	20	0.32	11.20	0.42	103.76
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.40	0.40	13.00	53.00
		Iš viso:	**16.15**	**18.46**	**44.23**	**410.68**
		Iš viso (dienos davinio):	**59.58**	**50.78**	**145.65**	**1291.92**

3 savaitė Darželis

Ketvirtadienis

Tvirtinu
Direktorė
Vera Janikūnie
(vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trijų grūdų dribsnių košė su tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	3-3/35AT	200	5.95	2.81	35.10	178.72
Bandelė	D-1	70	4.97	3.57	35.00	192.01
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
		Iš viso:	**10.92**	**6.38**	**70.10**	**370.73**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Rūgštynių sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/33A	150	1.57	5.91	12.83	108.91
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Duona ruginė	D4	30	1.54	0.26	17.79	79.67
Grietinėlėje troškinta kalakutienos filė su morkomis. (tausojantis)	P014	30/55/15	14.90	18.47	4.83	243.91
Virtos bulvės (augalinis , tausojantis)	G-2	100	2.00	0.10	18.30	82.10
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu(augalinis)	2-1/19A	90	1.03	6.48	5.53	84.15
		Iš viso:	**21.16**	**32.72**	**59.44**	**613.34**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Skryliai (tausojantis)	MP1	150	8.06	3.56	45.58	253.39
Sviesto-grietinės padažas	P2	20	0.32	11.20	0.42	103.76
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.40	0.30	13.40	52.00
		Iš viso:	**8.78**	**15.06**	**59.40**	**409.15**
	Iš viso (dienos davinio):		**40.86**	**54.16**	**188.94**	**1393.22**

Darželis

Direktorė
Vera Janikūnienė
(įstaigos, vardas, pavardė)

3 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8:20- 8:34 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė su pienu ir sviestu (tausojantis)	3-3/40T	200	7.73	11	36.75	223.92
Viso grūdo duona su sviestu	D	30	1.32	4.32	14.88	103.67
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.00
		Iš viso:	**9.05**	**9.43**	**51.63**	**327.59**

Pietūs 11:50-12:25 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Barščių sriuba (tausojantis, augalinis)	Sr003	150	1.28	1.23	10.96	56.86
Grietinė	P6	5	0.12	1.50	0.16	14.60
Duona ruginė	D4	30	1.54	0.26	17.79	79.67
Plovas su kiauliena (tausojantis)	K-T	220	25.84	20.95	41.45	462.42
Švieži agurkai	D	60	0.48	0.12	1.38	6.60
Švieži pomidorai	18/23	60	0.60	0.12	2.46	10.2
		Iš viso:	**29.86**	**24.18**	**74.20**	**630.3**

Vakarienė 15:20 - 15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kca
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pilno grūdo makaronai su sviestu (tausojantis)	Gr011	120	6.85	5.34	40.27	240.0
Duoniukai	D-12	20	2.01	0.40	14.41	73.8
Nesaldinta arbata	17-1/2	200	0.00	0.00	0.00	0.0
Sezoniai vaisai	zv-16	120	0.80	0.20	11.00	43.
		Iš viso:	**9.66**	**5.94**	**65.68**	**356.**
		Iš viso (dienos davinio):	**48.57**	**39.55**	**191.51**	**1314.**