



PATVIRTINTA:

Kauno lopšelio-darželio "Spragtukas"

Direktoriaus 2026 m. rugsėjo 7 d.

įsakymu Nr. V-94

KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS "SPRAGTUKAS"

Trakų g. 33, LT-44308, Kaunas

Įstaigos darbo laikas: 7:00-19:00 val.

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1 – 3 metų

(be kviečių, rugių, speltos, miežių)

Maitinimo savaitių skaičius: 4

Maitinimo dienų skaičius savaitėje: 5

Maitinimo skaičius dienoje: 3

Maitinimų pavadinimai ir laikai:

Pusryčiai 9:00

Pietūs 12:30

Vakarienė 16:00

Valgiaraštį parengė: Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro maitinimo organizavimo skyriaus specialistė Kamilė Mitkevičiūtė



Direktorė
Asta Valatkevičienė

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	42727	100	5,04	1,24	27,72	142,20
Užkeptas ryžių traputis su pomidoru padažu ir fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	21645	10/10/2 0	5,89	5,27	10,32	112,25
Sezoniniai vaisiai	90097	60	0,24	0,00	5,94	24,72
Nesaldinta juodoji arbata	32701	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			11,17	6,51	43,98	279,19

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (tausojantis)	88956	150	4,04	3,25	14,28	102,52
Grietinė 30 proc. rieb.	2460	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Orkaitėje keptas maltos kiaulienos kumpio maltinukas (tausojantis)	53437	65	16,11	10,77	1,12	165,91
Jogurtinis (2,9 proc. rieb.) padažas su žalumynais	5581	20	0,68	0,50	0,88	10,77
Žirnių košė su morkomis ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	24665	45	3,77	2,63	9,85	78,15
Daržovių rinkinukas (paprikos, pomidoras)	33769	95	0,92	0,32	5,80	29,71
Vanduo su šaldytomis braškėmis	28535	150	0,06	0,03	0,43	2,24
Iš viso maitinimui:			25,83	20,50	32,64	418,42

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti ryžių makaronai daržovių padaže su vištienos filė mėsa (tausojantis)	69576	90/60/2 5	13,58	7,67	35,50	265,33
Liofilizuotos uogos (braškės)	26508	3	0,23	0,11	1,52	7,98
Nesaldinta vaisinė arbata	32705	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			13,81	7,78	37,02	273,34
Iš viso dienai:			50,80	34,80	113,64	970,94



Asta Valatkevičienė
Direktorė
Asta Valatkevičienė

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška plikytų ryžių košė (tausojantis)	42728	100	5,19	2,14	30,90	163,68
Šaldytos braškės	365	10	0,07	0,04	0,54	2,80
Ryžių traputis su sviestu (82 proc. rieb.) ir agurku	32872	12/5/23	1,18	4,38	10,25	85,07
Džiovintos figos	26500	20	0,70	0,26	11,00	49,14
Nesaldinta kmynų arbata	676	150	0,03	0,02	0,07	0,61
Iš viso maitinimui:			7,17	6,84	52,76	301,30

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Baltagūžių/raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	88957	100	0,77	1,83	6,68	46,23
Troškintas jautienos kumpis su morkomis ir porais (tausojantis)	43429	75/55	28,43	10,03	6,90	231,61
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	652	60	1,21	0,06	11,94	53,15
Daržovių rinkinukas (konservuotas (marinuotas) agurkas, pomidoras)	33770	106	1,01	0,37	5,35	28,79
Paprikos juostelės	33773	24	0,22	0,05	1,61	7,73
Vanduo su apelsinu	728	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			31,68	12,34	33,06	370,07

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) blynėliai su cinamonu	30007	65	10,89	21,02	7,96	264,59
Šaldytų braškių padažas	29799	42	0,30	0,17	2,31	11,97
Sezoniniai vaisiai	33857	70	0,63	0,07	8,19	35,91
Nesaldinta vaisinė arbata	32705	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			11,82	21,27	18,46	312,49
Iš viso dienai:			50,67	40,45	104,28	983,87



Direktorė
Asta Valatkevičienė

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Raugintų pasukų (0,5 proc. rieb.) kokteilis su bananais ir šaldytomis braškėmis	8593	77/20/8	2,57	0,50	11,03	58,85
Sezoniniai vaisiai	596	110	0,33	0,44	16,61	71,72
Liofilizuotos uogos (braškės)	32874	25	1,90	0,93	12,65	66,53
Džiovinti abrikosai	26504	14	0,69	0,08	11,56	49,76
Iš viso maitinimui:			5,48	1,95	51,85	246,85

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (bulvės, morkos, šaldytas daržovių mišinys) (augalinis) (tausojantis)	10638 9	120/30	1,08	8,24	9,68	117,23
Garuose troškintas kalakutienos kumpelių/šlaunelių maltinukas su cukinija (tausojantis)	55776	85/18	15,92	9,03	7,25	174,01
Virti griekiai (tausojantis) (augalinis)	28428	60	3,78	0,93	20,79	106,65
Rauginti/baltagūžiai kopūstai	33772	55	0,81	0,91	2,48	21,32
Brokoliai	33771	30	0,77	0,09	0,52	6,01
Vanduo su citrina	854	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			22,42	19,22	41,26	427,73

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių juostelės su kario prieskoniais (tausojantis)	33796	150	4,07	4,31	39,09	211,39
Liofilizuotos uogos (braškės)	21642	3	0,23	0,11	1,52	7,98
Pienas 2,5 proc. rieb.	25502	150	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			8,50	8,17	47,66	298,13
Iš viso dienai:			36,40	29,34	140,77	972,71

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė su šaldytomis uogomis (tausojantis) (augalinis)	42730	100/31	3,53	1,59	15,95	92,21
Orkaitėje keptas sumuštinis su kiaušiniu, konservuotais/marinuotais agurkais, pomidorais ir fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	21608	20/6/9/4 /10	5,09	4,73	17,60	133,36
Sezoniniai vaisiai	90092	100	0,90	0,40	8,70	42,00
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	32702	150	0,04	0,01	0,32	1,53
Iš viso maitinimui:			9,55	6,73	42,57	269,09

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių sriuba su grietinėle 30-36 proc. rieb. (tausojantis)	88959	100	1,98	4,99	13,02	104,84
Plikytų ryžių plovos su viščiukų broilerių krūtinėlių filė (tausojantis)	55816	60/70	22,02	8,98	26,65	275,51
Plėšyti aisbergo salotų lapai, pomidorai, agurkas	97056	100	0,90	0,15	3,75	19,96
Vanduo su apelsinu	728	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			24,94	14,13	44,00	402,88

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)	30009	90	14,51	17,19	7,85	244,16
Ekologiškas graikiškas jogurtas (0,2 proc. rieb.) su šaldytomis braškėmis	29798	45	1,98	0,14	2,17	17,84
Sezoniniai vaisiai	90102	100	0,70	0,30	11,50	51,50
Nesaldinta vaisinė arbata	32705	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			17,19	17,63	21,52	313,52
Iš viso dienai:			51,68	38,49	108,09	985,49

1 savaitė
 Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	42731	100/2	4,25	3,88	25,15	152,50
Smulkintos liofilizuotos uogos (braškės)	90093	8	0,61	0,30	4,05	21,29
Ryžių traputis su sviestu (82 proc. rieb.) ir varškės sūriu (22 proc. rieb.)	32875	12/5/17	5,00	8,12	9,85	132,47
Nesaldinta juodoji arbata	32701	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			9,87	12,29	39,05	306,28

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių, konservuotų pomidorų ir salierų šaknų sriuba (augalinis) (tausojantis)	88960	150	4,00	1,27	15,84	90,76
Orkaitėje kepti lašišų filė kšneliai (tausojantis)	20921	60	14,97	11,67	0,58	167,25
Bulvių košė (tausojantis)	28430	60	1,65	1,92	14,24	80,84
Virtų burokėlių salotos (tausojantis)	97057	50	1,52	1,01	2,13	23,70
Konservuoti žalieji žirneliai	656	20	0,88	0,06	2,50	14,06
Paprikos juostelės	33773	24	0,22	0,05	1,61	7,73
Vanduo su citrina	854	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			23,29	16,00	37,43	386,84

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškė (9 proc. rieb.) su uogomis	25342	107/14	14,87	8,14	8,18	165,51
Grikių traputis su lydytu sūriu (50 proc. rieb.)	32876	12/15	2,70	3,68	8,87	79,37
Sezoniniai vaisiai	90098	110	0,44	0,00	6,71	28,60
Nesaldinta kmynų arbata	676	150	0,03	0,02	0,07	0,61
Iš viso maitinimui:			18,04	11,84	23,83	274,10
Iš viso dienai:			51,20	40,13	100,31	967,21



Direktorė
Asta Valatkevičienė

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės balandos ir grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	42778	110/2	6,58	4,37	31,50	191,63
Šaldytos braškės	90095	15	0,11	0,06	0,81	4,20
Sūrio lazdelė 40 proc. rieb.	30909	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoniniai vaisiai	90094	80	0,72	0,08	9,36	41,04
Nesaldinta vaisinė arbata su citrina	32703	150	0,02	0,01	0,19	0,93
Iš viso maitinimui:			12,76	8,68	41,94	296,92

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su kalakutienos kumpelių/šlaunelių mėsa (tausojantis)	10645 5	120/20	7,11	6,96	6,10	115,49
Orkaitėje keptas maltos kiaulienos kumpio maltinukas su užkeptu fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	53474	70/8	12,76	11,68	4,61	174,60
Troškinti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	24766	40	1,48	0,07	13,57	60,84
Pekino kopūstų, agurkų, porų salotos su alyvuogių aliejumi	97408	55	0,63	2,35	1,80	30,87
Paprikos juostelės	33773	24	0,22	0,05	1,61	7,73
Vanduo su šaldytomis vyšniomis	32724	150	0,03	0,01	0,28	1,33
Iš viso maitinimui:			22,22	21,12	27,97	390,87

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių makaronai su tepamu lydytu sūreliu (50 proc. rieb.) (tausojantis)	31155	120/10	3,24	2,52	30,66	158,32
Desertinis jogurtas 2,5 proc. rieb.	26866	125	3,63	3,13	11,38	88,13
Sezoniniai vaisiai	90104	85	0,60	0,17	15,30	65,11
Nesaldinta kminų arbata	676	150	0,03	0,02	0,07	0,61
Iš viso maitinimui:			7,49	5,84	57,41	312,16
Iš viso dienai:			42,47	35,64	127,32	999,95



Direktorė
Asta Valatkevičienė

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Džiovintų žirnių košė su morkomis ir alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	51088	110/5	16,01	5,27	40,08	271,82
Liofilizuotos uogos (braškės)	26508	3	0,23	0,11	1,52	7,98
Nesaldinta juodoji arbata	32701	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			16,24	5,39	41,60	279,82

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Plikytų ryžių ir konservuotų pomidorų sriuba (augalinis) (tausojantis)	88963	100	1,27	2,07	11,72	70,63
Virtų bulvių blynai su jautienos ir kiaulienos kumpiu "Žemaičiai" (tausojantis)	36262	100/60	15,06	5,78	33,85	247,60
Grietinė 30 proc. rieb.	1325	20	0,52	6,00	0,54	58,24
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai, švieži agurkai	33836	125	0,96	0,16	3,46	19,10
Traškios morkytės	33776	30	0,30	0,03	3,12	13,95
Vanduo su apelsinu	728	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			18,14	14,05	53,28	412,09

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) ir bananų apkepas (tausojantis)	21875	120	13,75	11,47	14,25	215,25
Ekologiškas graikiško jogurto (0,2 proc. rieb.) ir šaldytų braškių padažas	31008	40	1,94	0,12	1,90	16,44
Sezoniniai vaisiai	90103	90	1,80	0,00	7,20	36,00
Džiovinti abrikosai	26653	10	0,49	0,06	8,26	35,54
Nesaldinta vaisinė arbata	32705	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			17,98	11,65	31,61	303,25
Iš viso dienai:			52,36	31,08	126,49	995,16

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti kiaušiniai (tausojantis)	290	60	7,62	6,54	0,54	91,50
Majonezas iki 73 proc. rieb.	35473	5	0,01	1,70	0,30	16,54
Liofilizuotos uogos (braškės)	32906	35	2,66	1,30	17,71	93,14
Sezoniniai vaisiai	73015	90	0,54	0,09	9,99	42,93
Nesaldinta vaisinė arbata	32705	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			10,83	9,63	28,54	244,13

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (tausojantis) (augalinis)	88962	150	3,45	1,26	14,70	83,97
Kapotos vištienos krūtinėlės file apkepas (tausojantis)	69630	80	19,35	9,18	1,51	166,06
Grietinės (30 proc. rieb.) ir sviesto (82 proc. rieb.) padažas	22318	6	0,12	3,25	0,13	30,23
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	652	60	1,21	0,06	11,94	53,15
Daržovių rinkinukas (agurkas, pomidoras)	33774	92	0,78	0,18	3,94	20,51
Paprikos juostelės	33773	24	0,22	0,05	1,61	7,73
Sezoniniai vaisiai	73015	90	0,54	0,09	9,99	42,93
Vanduo su šaldytomis braškėmis	28535	150	0,06	0,03	0,43	2,24
Iš viso maitinimui:			25,73	14,10	44,24	406,82

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.)	30030	60	15,60	17,48	9,17	256,37
Obuolių mėlynų/aviečių tyrė	26514	90	0,45	0,45	12,60	56,25
Nesaldinta kminų arbata	676	150	0,03	0,02	0,07	0,61
Iš viso maitinimui:			16,08	17,95	21,85	313,23
Iš viso dienai:			52,64	41,68	94,64	964,18

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (40-50 proc. rieb.) (tausojantis)	7367	83/7	8,02	8,16	0,60	107,90
Sezoniniai vaisiai	10967 9	350	1,40	0,00	34,65	144,20
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	32702	150	0,04	0,01	0,32	1,53
Iš viso maitinimui:			9,45	8,17	35,57	253,62

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	88964	100	1,54	1,56	11,98	68,13
Garuose kepta kalakutienos kumpelių/šlaunelių mėsa (tausojantis)	15829	60	15,15	7,08	0,28	125,43
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	652	60	1,21	0,06	11,94	53,15
Morkų ir salierų salotos su alyvuogių aliejumi	2341	60	0,64	3,27	5,69	54,75
Daržovių rinkinukas (paprikos, pomidoras)	33769	95	0,92	0,32	5,80	29,71
Sezoniniai vaisiai	90097	60	0,24	0,00	5,94	24,72
Vanduo su citrina	854	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			19,76	12,30	42,16	358,39

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Mieliniai blynai	31156	70	7,96	19,05	15,10	263,72
Natūralus jogurtas be laktozės (iki 2,9 proc. rieb.)	30546	15	0,50	0,38	0,63	7,88
Šaldytos vyšnios	23091	10	0,09	0,04	0,99	4,68
Nesaldinta kmynų arbata	676	150	0,03	0,02	0,07	0,61
Iš viso maitinimui:			8,58	19,49	16,79	276,89
Iš viso dienai:			37,79	39,96	94,52	888,91

2 savaitė
 Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir bananais (tausojantis)	42736	100/2/1 5	5,15	4,67	22,59	152,93
Ryžių traputis su sviestu (82 proc. rieb.)	26574	10/6	0,85	5,15	8,00	81,74
Džiovinti abrikosai	26504	14	0,69	0,08	11,56	49,76
Nesaldinta vaisinė arbata	32705	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			6,69	9,90	42,15	284,46

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Džiovintų žirnių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	10645 8	150	4,04	1,20	13,52	81,02
Keptas orkaitėje jūros lydekų kepsniukas (tausojantis)	33759	50	17,69	7,85	0,92	145,10
Grietinės 30 proc. rieb., sviesto 82 proc. rieb. ir pomidorų padažas	22307	20	0,42	5,02	1,34	52,20
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	28434	65	1,44	0,07	14,18	63,14
Rinkinukas (agurkai (sezoniniai), paprika)	33777	58	0,45	0,04	2,40	11,76
Konservuoti kukurūzai	676	20	0,58	0,12	4,00	19,40
Sezoniniai vaisiai	90098	110	0,44	0,00	6,71	28,60
Vanduo su šaldytomis braškėmis	28535	150	0,06	0,03	0,43	2,24
Iš viso maitinimui:			25,11	14,33	43,51	403,46

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (40-50 proc. rieb.) (tausojantis)	7365	83/7	8,86	8,91	2,01	123,65
Grikių traputis su sviestu (82 proc. rieb.)	32905	20/9	2,15	7,96	13,25	133,23
Švieži agurkai	13706	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Liofilizuotos uogos (braškės)	26508	3	0,23	0,11	1,52	7,98
Nesaldinta juodoji arbata	32701	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			11,58	16,98	18,18	271,88
Iš viso dienai:			43,37	41,22	103,84	959,79

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės balandos košė (augalinis) (tausojantis)	51092	110	6,85	3,55	28,35	172,75
Uogienės (braškių, vyšnių, aviečių)	434	15	0,03	0,00	9,33	37,44
Sezoniniai vaisiai	33857	70	0,63	0,07	8,19	35,91
Nesaldinta juodoji arbata	32701	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			7,51	3,62	45,87	246,12

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta žiedinių kopūstų sriuba su lydytu sūriu (50 proc. rieb.) (tausojantis)	88968	100	1,32	2,66	7,31	58,50
Kepta viščiukų broilerių krūtinėlių file su grietinėle 30-36 proc. rieb. (tausojantis)	69638	60/7	20,40	7,86	1,08	156,62
Bulvių ir cukinijų košė (tausojantis)	42779	65/25	2,03	5,20	15,55	117,11
Baltagūžių/raugintų kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi	97059	60	0,76	3,65	2,86	47,31
Švieži agurkai	13711	40	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo su citrina	854	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			24,85	19,38	28,46	387,65

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) blynėliai su cinamonu	30034	65	10,83	18,15	7,86	238,16
Ekologiškas graikiškas jogurtas (0,2 proc. rieb.) su šaldytomis braškėmis	29798	45	1,98	0,14	2,17	17,84
Sezoniniai vaisiai	73756	50	0,35	0,10	9,00	38,30
Nesaldinta vaisinė arbata	32705	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			13,16	18,40	19,03	294,32
Iš viso dienai:			45,52	41,40	93,37	928,09

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti kiaušiniai (tausojantis)	290	60	7,62	6,54	0,54	91,50
Grikių traputis	30908	10	1,05	0,29	6,59	33,17
Sezoniniai vaisiai	39319	80	0,72	0,32	11,84	53,12
Pienas 2,5 proc. rie.	32706	100	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			12,19	9,65	23,67	230,29

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Džiovintų žirnių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	88967	100	3,47	1,18	11,60	70,87
Kepti su garais kalakutienos kumpelių/šlaunelių kukulaičiai (tausojantis)	69671	80	17,09	7,45	2,08	143,74
Jogurtinis (2,9 proc. rie.) padažas su žalumynais	5581	20	0,68	0,50	0,88	10,77
Virti grikiai (tausojantis) (augalinis)	28428	60	3,78	0,93	20,79	106,65
Rinkinukas (agurkai (sezoniniai), paprika)	33777	58	0,45	0,04	2,40	11,76
Konservuoti kukurūzai	29113	25	0,73	0,15	5,00	24,25
Vanduo su apelsinu	728	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			26,23	10,26	43,34	370,60

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai (varškė 9 proc. rie.)	30097	55	14,76	17,03	8,58	246,59
Natūralus jogurto be laktozės 2,9 proc. rie. ir uogienės padažas	26102	25	0,36	0,25	9,75	42,69
Sezoniniai vaisiai	45435	60	0,24	0,00	5,94	24,72
Nesaldinta vaisinė arbata	32705	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			15,36	17,28	24,27	314,03
Iš viso dienai:			53,78	37,19	91,28	914,92

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Džiovintų žirnių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	51122	130/10	15,98	8,92	39,28	301,24
Nesaldinta kminų arbata	676	150	0,03	0,02	0,07	0,61
Iš viso maitinimui:			16,00	8,94	39,35	301,85

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	2938	100	1,02	1,81	7,28	49,53
Kiaulienos kumpio ir daržovių troškiny (tausojantis)	53514	65/50	16,50	10,84	8,09	195,93
Daržovių rinkinukas (pomidoras, paprika, agurkas (sezoninis))	33778	106	0,89	0,19	4,79	24,47
Sezoniniai vaisiai	90099	130	0,52	0,00	7,93	33,80
Vanduo su šaldytomis vyšniomis	32724	150	0,03	0,01	0,28	1,33
Džiovintos figos	26500	20	0,70	0,26	11,00	49,14
Iš viso maitinimui:			19,66	13,12	39,38	354,21

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	36716	115	3,47	7,91	30,33	206,31
Liofilizuotos uogos (braškės)	20760	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Kefyras 2.5 proc. rieb.	32709	150	4,80	3,75	6,00	76,95
Iš viso maitinimui:			9,03	12,03	41,39	309,87
Iš viso dienai:			44,69	34,08	120,12	965,94

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	51124	94/6	4,69	6,07	25,69	176,13
Sezoniniai vaisiai	90096	60	0,60	0,24	14,04	60,72
Pienas 2,5 proc. rieb.	32706	100	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			8,09	8,81	44,43	289,35

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (bulvės, morkos, šaldytas daržovių mišinys) (augalinis) (tausojantis)	10638 9	120/30	1,08	8,24	9,68	117,23
Troškintas veršienos kumpis (tausojantis)	53517	60	21,36	5,58	0,38	137,21
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	28434	65	1,44	0,07	14,18	63,14
Virtų burokėlių salotos (tausojantis)	97057	50	1,52	1,01	2,13	23,70
Sezoniniai agurkai (konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai)	33779	70	0,56	0,14	1,93	11,20
Konservuoti žalieji žirneliai	12179	30	1,32	0,09	3,75	21,09
Vanduo su apelsinu	728	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			27,32	15,14	32,64	376,13

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Migdolų miltų blynai	31172	65	5,98	16,19	12,59	220,02
Obuolių mėlynų/aviečių tyrė	26514	90	0,45	0,45	12,60	56,25
Nesaldinta vaisinė arbata	32705	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			6,43	16,64	25,19	276,29
Iš viso dienai:			41,85	40,59	102,26	941,77

3 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Plikytų ryžių košė (tausojantis) (augalinis)	42787	100	3,53	0,17	32,42	145,34
Šaldytos braškės	29794	20	0,15	0,08	1,13	5,85
Ryžių traputis su sviestu (82 proc. rieb.) ir varškės sūriu (22 proc. rieb.)	32875	12/5/17	5,00	8,12	9,85	132,47
Liofilizuotos uogos (braškės)	20760	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	32702	150	0,04	0,01	0,32	1,53
Iš viso maitinimui:			9,47	8,75	48,79	311,80

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščiai su bulvėmis (tausojantis)	1299	100	0,81	2,05	7,53	51,78
Grietinė 30 proc. rieb.	713	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Keptas orkaitėje lašišos filė apkepas (tausojantis)	28280	70	19,23	13,11	2,13	203,44
Morkų salotos su smulkintomis saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumi	97060	40	1,28	3,82	4,75	58,49
Daržovių rinkinukas (paprikos, pomidoras, agurkas)	33780	110	1,01	0,30	6,05	30,94
Sezoniniai vaisiai	90100	60	0,42	0,18	6,90	30,90
Vanduo su citrina	854	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			23,07	22,47	28,16	407,19

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės balandos košė (augalinis) (tausojantis)	51092	110	6,85	3,55	28,35	172,75
Džiovinti abrikosai	32930	25	1,23	0,15	20,65	88,85
Vanduo	678	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			8,08	3,70	49,00	261,60
Iš viso dienai:			40,62	34,92	125,95	980,59

4 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Viso grūdo avižų dribsnių košė su obuoliu, cinamonu ir alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	36735	90/13/1/2	5,21	3,66	23,90	149,39
Užkeptas sumuštinis su varške 9 proc. rieb., obuoliais ir cinamonu (tausojantis)	27333	12/29/13/1	5,90	4,54	12,74	115,41
Nesaldinta vaisinė arbata su citrina	32703	150	0,02	0,01	0,19	0,93
Iš viso maitinimui:			11,14	8,20	36,84	265,73

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių, salierų sriuba (augalinis) (tausojantis)	105992	150	3,50	1,17	14,92	84,20
Vištienos filė troškiny su morkomis ir paprikomis (tausojantis)	69672	80/25	21,84	9,97	3,26	190,12
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	652	60	1,21	0,06	11,94	53,15
Pomidorų ir agurkų, svogūnų, krapų salotos su alyvuogių aliejumi	83588	85	0,72	2,44	3,65	39,45
Liofilizuotos uogos (braškės)	26508	3	0,23	0,11	1,52	7,98
Vanduo su šaldytomis vyšniomis	29055	150	0,08	0,03	0,84	3,98
Sezoniniai vaisiai	29065	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Iš viso maitinimui:			28,17	13,78	50,98	440,67

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Cukinių blynėliai	31173	70	8,27	18,96	4,65	222,31
Ekologiškas graikiškas jogurtas (0,2 proc. rieb.) su šaldytomis braškėmis	29798	45	1,98	0,14	2,17	17,84
Sezoniniai vaisiai	26130	90	0,42	0,36	7,80	36,12
Nesaldinta juodoji arbata	32701	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			10,67	19,46	14,62	276,29
Iš viso dienai:			49,98	41,45	102,43	982,70

4 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir šaldytomis braškėmis (tausojantis)	31647	114/6/3 0	5,68	7,63	37,71	242,24
Nesaldinta kmynų arbata	676	150	0,03	0,02	0,07	0,61
Iš viso maitinimui:			5,71	7,66	37,78	242,86

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis, brokoliais, morkomis (augalinis) (tausojantis)	89141	150	4,19	3,23	14,67	104,50
Garuose keptas kiaulienos kumpio maltinis "Netikras zuikis" (tausojantis)	13564	110	16,47	8,47	3,91	157,73
Troškinti plikyti ryžiai su ciberžole (tausojantis) (augalinis)	28433	60	1,48	0,08	13,64	61,22
Kopūstų salotos su agurkais ir alyvuogių aliejumi	97506	50	0,59	1,82	2,14	27,33
Paprikos juostelės	33833	40	0,36	0,08	2,68	12,88
Sezoniniai vaisiai	22857	110	0,66	0,44	7,81	37,84
Vanduo su citrina	854	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			23,82	14,13	45,38	404,01

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Keptos bulvių juostelės (tausojantis)	40376	140	4,20	7,73	41,37	251,85
Pienas 2,5 proc.rieb.	32706	100	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			7,00	10,23	46,07	304,35
Iš viso dienai:			36,52	32,02	129,24	951,22

4 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Biri grikių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	36615	105/3	5,09	3,97	27,77	167,20
Natūralus jogurtas be laktozės 2,9 proc. rieb. su sezoniniais vaisiais (bananais, melionais ir vynuogėmis)	22095	60/40	2,61	1,69	16,74	92,57
Nesaldinta vaisinė arbata	32705	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,70	5,66	44,51	259,80

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Špinatų sriuba su bulvėmis ir grietinėle (30-36 proc. rieb.) (tausojantis)	10658 8	100	1,30	5,30	6,52	78,99
Orkaitėje keptas maltos vištienos filė maltinukas (tausojantis)	69715	65	18,78	2,96	0,97	105,63
Jogurtinis (2,9 proc. rieb.) padažas su žalumynais	5581	20	0,68	0,50	0,88	10,77
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	33254	50	1,11	0,06	10,93	48,67
Aisbergo salotos su morkomis, alyvuogių aliejumi	1614	40	0,37	2,77	1,55	32,60
Cukinija	28896	30	0,36	0,03	1,02	5,79
Liofilizuotos uogos (braškės)	20760	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Vanduo su apelsinu	728	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Sezoniniai vaisiai	42900	100	0,70	0,20	18,00	76,60
Iš viso maitinimui:			24,10	12,19	45,53	388,22

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.)	30030	60	15,60	17,48	9,17	256,37
Natūralus jogurtas be laktozės (iki 2,9 proc. rieb.)	30546	15	0,50	0,38	0,63	7,88
Šaldytos vyšnios	23091	10	0,09	0,04	0,99	4,68
Nesaldinta juodoji arbata	32701	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			16,18	17,89	10,80	268,94
Iš viso dienai:			47,98	35,75	100,83	916,96

4 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti kiaušiniai (tausojantis)	290	60	7,62	6,54	0,54	91,50
Ryžių traputis su sviestu (82 proc. rieb.)	26574	10/6	0,85	5,15	8,00	81,74
Rinkinukas (agurkai, konservuoti kukurūzai)	32522	50	0,90	0,15	5,70	27,75
Sezoniniai vaisiai	88320	80	1,12	0,24	8,88	42,16
Nesaldinta vaisinė arbata	32705	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			10,49	12,08	23,12	243,18

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba su bulvėmis ir pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	76784	100	1,70	2,10	7,30	54,85
Veršienos kumpio guliašas su morkomis pomidorų tyrėje (tausojantis)	43524	60/12/2 2	19,17	13,09	6,47	220,34
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	11380	75	1,52	0,08	14,92	66,43
Pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi	83634	40	0,44	1,08	2,53	21,56
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	27115	40	0,32	0,08	1,10	6,40
Džiovintos figos	26580	6	0,21	0,08	3,30	14,74
Vanduo su šaldytomis braškėmis	28535	150	0,06	0,03	0,43	2,24
Iš viso maitinimui:			23,40	16,53	36,04	386,56

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	36716	115	3,47	7,91	30,33	206,31
Sezoniniai vaisiai	1744	105	0,42	0,00	10,40	43,26
Vanduo	678	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			3,89	7,91	40,72	249,57
Iš viso dienai:			37,78	36,52	99,88	879,31

4 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) blynėliai su cinamonu	30034	65	10,83	18,15	7,86	238,16
Šaldytų braškių padažas	29799	42	0,30	0,17	2,31	11,97
Nesaldinta juodoji arbata	32701	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			11,13	18,33	10,17	250,15

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba (tausojantis) (augalinis)	10658 9	150	0,78	1,48	7,13	44,92
Garuose keptas lydekos ir lašišos filė maltinis (tausojantis)	24289	50/30	15,79	7,64	10,46	173,76
Bulvių košė (tausojantis)	28430	60	1,65	1,92	14,24	80,84
Morkų salotos su smulkintomis saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumi	97060	40	1,28	3,82	4,75	58,49
Rinkinukas (paprikos, agurkai)	12668	60	0,48	0,06	2,85	13,86
Vanduo su apelsinu	728	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Sezoniniai vaisiai	29065	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Iš viso maitinimui:			20,62	14,92	54,87	436,23

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Balty mai	Rieba lai	Angliavand eniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Garuose virta kiaušininė (tausojantis)	234	70	8,79	7,60	3,32	116,90
Konservuoti žalieji žirneliai	12179	30	1,32	0,09	3,75	21,09
Sezoniniai vaisiai	35331	80	0,32	0,00	7,92	32,96
Liofilizuotos uogos (braškės)	32874	25	1,90	0,93	12,65	66,53
Nesaldinta kmynų arbata	676	150	0,03	0,02	0,07	0,61
Iš viso maitinimui:			12,36	8,64	27,72	238,09
Iš viso dienai:			44,11	41,89	92,76	924,47