Kauno lopšelis - darželis „Naminukas“
Ašigalio g. 39, Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4 - 7 metų vaikams

Be ryžių ir pieno bei jo produktų

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7^{00} iki 19^{00} val.

LIETUVOS R. KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS“

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė

2023-09-11

1 Savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė (tausojantis) (augalinis)	7677	200	3,83	9,55	36,64	247,81
Kukurūzų trapučiai	5642	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Sezoniniai vaisiai		80	0,4	0	6,1	26
Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta)	10837	200	0,09	0,02	0,75	3,54
Iš viso:			**6,16**	**10,67**	**57,99**	**352,61**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	61766	150	4,88	2,3	17,52	110,29
Viso grūdo ruginė duona	1435	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Troškintas vištienos šlaunelių mėsos maltinukas (tausojantis)	22854	75	13,86	8,42	7,31	160,47
Virtos bulvės (tausojantis)	9154	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Šviežių kopūstų salotos su morkomis	65053	80	1,13	5,04	5,36	71,32
Vanduo su citrina	4262	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso:			**23,02**	**16,25**	**62,00**	**486,35**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuoliniai blyneliai	16398	150	3,54	11,1	44,75	293,05
Trintos šaldytos braškės	3825	18	0,13	0,07	5,95	24,94
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso:			**3,68**	**11,18**	**50,71**	**318,11**
Iš viso (dienos davinio):			**32,86**	**38,10**	**170,70**	**1157,07**

KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė

2023-09-11

1 Savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8^{30}val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	11752	200	5,52	7,71	44,52	269,51
Kukurūzų trapučiai	5642	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso:			**7,37**	**8,82**	**59,03**	**344,89**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	61923	150	1,58	3,11	12,17	82,95
Viso grūdo ruginė duona	1435	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Orkaitėje keptas vištienos filė kepsnys (tausojantis)	6136	80	22,45	13,01	0,36	208,35
Virtos bulvės (tausojantis)	9154	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Daržovių rinkinukas (marinuoti agurkai ir morkos)	19743	140	1,26	0,21	9,21	43,75
Vanduo	4259	200	0	0	0	0
Iš viso:			**28,36**	**16,80**	**52,80**	**475,80**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šaldytų daržovių (žiediniai kopūstai, morkos, žirneliai, svogūnai) troškinys (tausojantis) (augalinis)	24443	200	5,39	9,38	36,25	250,96
Kukurūzų trapučiai	5642	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Sezoniniai vaisiai		80	0,4	0	6,1	26
Juoda arbata (nesaldinta)	4253	200	0	0	0	0,03
Iš viso:			**7,63**	**10,48**	**56,85**	**352,25**
Iš viso (dienos davinio):			**43,36**	**36,10**	**168,68**	**1172,94**

KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė

2023-09-11

1 Savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8^{30}val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	29713	200	5,67	5,95	31,19	200,93
Kukurūzų trapučiai	5550	30	2,76	1,65	21,75	112,89
Vaisinė arbata (nesaldinta)	4260	200	0	0	0	0,03
Iš viso:			**8,43**	**7,60**	**52,94**	**313,85**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų ir morkų sriuba (tausojantis) (augalinis)	62047	150	1,62	4,12	11,79	90,76
Batono skrebučiai	17584	20	1,6	0,46	10,68	53,26
Jūros lydekos filė kepinukai	19710	80	16,58	14,8	9,26	236,56
Burokėlių salotos	68211	80	2,18	4,16	3,51	60,21
Vanduo su citrina	4262	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso:			**22,06**	**23,56**	**35,99**	**444,31**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	16674	155/5	4,22	5,8	54,4	286,66
Agurkų griežinėliai	23963	50	0,35	0	1,4	7
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0	9,9	41,2
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso:			**4,98**	**5,81**	**65,71**	**334,98**
Iš viso (dienos davinio):			**35,47**	**36,97**	**154,64**	**1093,14**

KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė

2023 - 09 - 11

1 Savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8^{30}val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (tausojantis)	4664	90	11,43	9,81	0,81	137,25
Majonezas 73 proc. rieb.	21157	10	0,02	3,4	0,6	33,08
Konservuoti žalieji žirneliai	3690	20	0,88	0,06	2,5	14,06
Kukurūzų trapučiai	5550	30	2,76	1,65	21,75	112,89
Sezoniniai vaisiai		150	0,9	0	20,77	90,84
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
		Iš viso:	**16,00**	**14,93**	**46,44**	**388,24**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	23075	150	1,65	4,16	13,23	96,97
Viso grūdo ruginė duona	1435	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Jautienos kumpio guliašas (tausojantis)	29135	120	21,52	8,65	6,24	188,88
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	8182	80	3,22	0,42	25,55	118,86
Daržovių rinkinukas (pomidorai, morkos)	18298	100	1	0,28	7,64	37,08
Vanduo	38	200	0	0	0	0
		Iš viso:	**28,86**	**13,90**	**67,96**	**512,38**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptos bulvės (tausojantis) (augalinis)	24444	250	5,25	10,26	49,51	311,42
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	4248	200	0	0	0	0,02
		Iš viso:	**5,25**	**10,26**	**49,51**	**311,44**
Iš viso (dienos davinio):			**50,11**	**39,09**	**163,91**	**1212,06**

KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė

2023-09-11

1 Savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių košė (tausojantis) (augalinis)	7756	180	17,4	7,79	44,62	318,19
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0	9,9	41,2
Kmynų arbata (nesaldinta)	4280	200	0,2	0,15	0,5	4,09
Iš viso:			**18,00**	**7,94**	**55,02**	**363,48**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	38206	150	3,36	1,22	14,7	83,24
Viso grūdo ruginė duona	1435	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Troškinti kiaulienos sprandinės maltinukai (tausojantis)	29055	80	11,89	16,76	5,6	220,79
Virtos bulvės (tausojantis)	9154	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Pekino kopūstų, morkų, porų ir agurkų salotos	8076	100	1,28	5,17	4,92	71,36
Vanduo	4259	200	0	0	0	0
Iš viso:			**19,60**	**23,62**	**56,28**	**516,14**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	4036	160	4,02	3,96	51,26	256,79
Kukurūzų trapučiai	5642	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso:			**5,87**	**5,07**	**65,77**	**332,17**
Iš viso (dienos davinio):			**43,47**	**36,63**	**177,07**	**1211,79**

LIETUVOS ... KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė

2023-09-11

2 Savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8^{30}val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Brokolių košė (tausojantis) (augalinis)	29749	200	4,25	7,61	25,83	188,78
Kukurūzų trapučiai	5550	30	2,76	1,65	21,75	112,89
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso:			**7,02**	**9,27**	**47,59**	**301,79**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	57494	150	1,66	4,12	9,54	81,89
Viso grūdo ruginė duona	1435	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Troškintas kalakutienos šlaunelių mėsos maltinukas (tausojantis)	34847	80	15,12	8,94	6,64	167,56
Virtos bulvės (tausojantis)	9154	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Šviežių kopūstų salotos su morkomis	65053	80	1,13	5,04	5,36	71,32
Vanduo	4259	200	0	0	0	0
Iš viso:			**20,98**	**18,57**	**52,60**	**461,52**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptos bulvės (tausojantis) (augalinis)	24444	250	5,25	10,26	49,51	311,42
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0	9,9	41,2
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso:			**5,66**	**10,27**	**59,42**	**352,74**
Iš viso (dienos davinio):			**33,66**	**38,11**	**159,61**	**1116,05**

KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „RAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė

2023-09-11

2 Savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8^{30}val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (tausojantis)	4664	90	11,43	9,81	0,81	137,25
Majonezas 73 proc. rieb.	21157	10	0,02	3,4	0,6	33,08
Konservuoti žalieji žirneliai	3690	20	0,88	0,06	2,5	14,06
Kukurūzų trapučiai	5550	30	2,76	1,65	21,75	112,89
Sezoniniai vaisiai		150	0,9	0	20,77	90,84
Juoda arbata (nesaldinta)	4253	200	0	0	0	0,03
		Iš viso:	**15,99**	**14,92**	**46,43**	**388,15**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	38206	150	3,36	1,22	14,7	83,24
Viso grūdo ruginė duona	1435	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Vištienos filė kepinukai	34832	80	24,31	11,26	10,86	242,06
Virtos grikių kruopos (tausojantis)	2989	80	3,15	0,78	17,33	88,88
Daržovių rinkinukas (agurkai, ridikėliai, morkos)	24408	100	0,94	0,06	5,09	24,64
Vanduo su citrina	4262	200	0,08	0,02	0,75	3,52
		Iš viso:	**33,31**	**13,73**	**64,03**	**512,93**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	16674	155/5	4,34	5,81	56	293,65
Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta)	4283	200	0,09	0,02	0,75	3,54
		Iš viso:	**4,43**	**5,83**	**56,75**	**297,19**
		Iš viso (dienos davinio):	**53,73**	**34,48**	**167,21**	**1198,27**

KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė
2023-09-11

2 Savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8^{30}val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (augalinis)	10229	200	6,71	5,7	30,88	201,64
Trintos šaldytos braškės	3825	18	0,13	0,07	5,95	24,94
Kukurūzų trapučiai	5550	30	2,76	1,65	21,75	112,89
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
		Iš viso:	**9,61**	**7,43**	**58,59**	**339,59**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių (kopūstai, morkos, žirneliai) sriuba (tausojantis) (augalinis)	62055	150	2,08	1,12	12,6	68,77
Batono skrebučiai	17584	20	1,6	0,46	10,68	53,26
Kiaulienos sprandinės guliašas (tausojantis)	30101	100	15,83	27,58	8,8	346,73
Daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	14754	125	1,06	0,24	5,3	27,58
Vanduo	4259	200	0	0	0	0
		Iš viso:	**20,57**	**29,40**	**37,38**	**496,34**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bananiniai blyneliai	16677	120	3,82	11,41	43,44	291,71
Trintos šaldytos braškės	3825	18	0,13	0,07	5,95	24,94
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0	9,9	41,2
Kmynų arbata (nesaldinta)	4280	200	0,2	0,15	0,5	4,09
		Iš viso:	**4,55**	**11,63**	**59,79**	**361,94**
Iš viso (dienos davinio):			**34,73**	**48,46**	**155,76**	**1197,87**

LIETUVOS RESPUBLIKA KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „KAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė

2023-09-11

2 Savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų ir morkų košė (tausojantis) (augalinis)	29747	200	5,38	8,48	29,63	216,33
Kukurūzų trapučiai	5642	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0	9,9	41,2
Juoda arbata (nesaldinta)	4253	200	0	0	0	0,03
Iš viso:			**7,62**	**9,58**	**54,03**	**332,82**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų ir morkų sriuba (augalinis) (tausojantis)	61914	150	1,61	2,09	11,75	72,21
Viso grūdo ruginė duona	1435	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Troškintas jūros lydekos maltinukas (tausojantis)	19761	80	13,86	5,66	10,59	148,77
Virtos bulvės (tausojantis)	9154	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Burokėlių salotos	68211	80	2,18	4,16	3,51	60,21
Agurkų griežinėliai	45687	30	0,21	0	0,84	4,2
Vanduo su citrina	4262	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso:			**21,01**	**12,40**	**58,50**	**429,66**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šaldytų daržovių (žiediniai kopūstai, morkos, žirneliai, svogūnai) troškinys (tausojantis) (augalinis)	24443	200	5,39	9,38	36,25	250,96
Kukurūzų trapučiai	5550	30	2,76	1,65	21,75	112,89
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	4248	200	0	0	0	0,02
Iš viso:			**8,15**	**11,03**	**58,00**	**363,87**
Iš viso (dienos davinio):			**36,78**	**33,01**	**170,53**	**1126,35**

LIETUVOS R. KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė
2023-09-11

2 Savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8^{30}val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė (tausojantis) (augalinis)	7677	200	3,83	9,55	36,64	247,81
Trintos šaldytos braškės	3825	18	0,13	0,07	5,95	24,94
Sezoniniai vaisiai		150	0,9	0	20,77	90,84
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
		Iš viso:	**4,87**	**9,63**	**63,37**	**363,71**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių ir morkų sriuba (augalinis) (tausojantis)	61932	150	4,28	2,2	14,51	94,97
Troškinti kiaulienos sprandinės gabaliukai (tausojantis)	30954	80	13,73	25,28	3,37	295,86
Virtos bulvės (tausojantis)	9154	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Daržovių rinkinukas (marinuoti agurkai ir morkos)	15135	150	1,38	0,21	11,01	51,45
Vanduo	4259	200	0	0	0	0
		Iš viso:	**20,99**	**27,77**	**44,65**	**512,44**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	16674	155/5	4,34	5,81	56	293,65
Pomidorų skiltelės	8192	50	0,5	0,2	2,9	15,4
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	4248	200	0	0	0	0,02
		Iš viso:	**4,84**	**6,01**	**58,90**	**309,07**
Iš viso (dienos davinio):			**30,70**	**43,41**	**166,92**	**1185,22**

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė

2023-09-11

3 Savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių košė (tausojantis) (augalinis)	7756	180	17,4	7,79	44,62	318,19
Juoda arbata (nesaldinta)	4253	200	0	0	0	0,03
Iš viso:			**17,40**	**7,79**	**44,62**	**318,22**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų ir morkų sriuba (augalinis) (tausojantis)	61914	150	1,61	2,09	11,75	72,21
Viso grūdo ruginė duona	1435	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Kalakutienos šlaunelių mėsos guliašas (tausojantis)	35012	120	21,11	14,1	8	243,76
Virtos bulvės (tausojantis)	9154	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Daržovių rinkinukas (pomidorai, agurkai)	18039	120	1,02	0,24	5,16	26,88
Vanduo su citrina	4262	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso:			**26,89**	**16,92**	**56,72**	**487,12**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blyneliai	16708	150	3,8	11,43	41,51	284,05
Trintos šaldytos braškės	3825	18	0,13	0,07	5,95	24,94
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0	9,9	41,2
Kmynų arbata (nesaldinta)	4280	200	0,2	0,15	0,5	4,09
Iš viso:			**4,53**	**11,65**	**57,86**	**354,28**
Iš viso (dienos davinio):			**48,82**	**40,18**	**159,20**	**1159,62**

LIETUVOS ... KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė

2023-09-11

3 Savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	16674	155/5	4,34	5,81	56	293,65
Sezoniniai vaisiai		80	0,4	0	6,1	26
Juoda arbata (nesaldinta)	4253	200	0	0	0	0,03
		Iš viso:	**4,74**	**5,81**	**62,10**	**319,68**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	57494	150	1,66	4,12	9,54	81,89
Viso grūdo ruginė duona	1435	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Troškintas vištienos šlaunelių mėsos maltinukas (tausojantis)	22854	75	13,86	8,42	7,31	160,47
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	8182	80	3,22	0,42	25,55	118,86
Šviežių kopūstų salotos su morkomis	65053	80	1,13	5,04	5,36	71,32
Vanduo	4259	200	0	0	0	0
		Iš viso:	**21,34**	**18,39**	**63,06**	**503,13**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptos bulvės (tausojantis) (augalinis)	24444	250	5,25	10,26	49,51	311,42
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
		Iš viso:	**5,26**	**10,27**	**49,52**	**311,54**
Iš viso (dienos davinio):			**31,34**	**34,47**	**174,68**	**1134,35**

KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė

2023-09-11

3 Savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8^{30}val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (augalinis)	11959	200	6,71	9,34	30,88	234,4
Kukurūzų trapučiai	5550	30	2,76	1,65	21,75	112,89
Sezoniniai vaisiai		80	0,4	0	6,1	26
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	4247	150	0	0	0	0,01
Iš viso:			**9,87**	**10,99**	**58,73**	**373,30**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	38206	150	3,36	1,22	14,7	83,24
Viso grūdo ruginė duona	1461	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Troškinti kiaulienos sprandinės maltinukai (tausojantis)	30938	80	10,37	16,7	11,82	239,04
Virtos bulvės (tausojantis)	9154	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Pomidorų ir agurkų salotos su aliejumi	68214	90	0,91	2,22	4,62	42,09
Vanduo	4259	200	0	0	0	0
Iš viso:			**17,22**	**20,48**	**57,10**	**481,59**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blyneliai	16708	150	3,8	11,43	41,51	284,05
Trintos šaldytos braškės	3825	18	0,13	0,07	5,95	24,94
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso:			**3,94**	**11,51**	**47,47**	**309,11**
Iš viso (dienos davinio):			**31,03**	**42,98**	**163,30**	**1164,00**

KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė
2023-09-11

3 Savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	11749	200	5,67	7,09	39,05	242,63
Sezoniniai vaisiai		150	0,9	0	20,77	90,84
Kmynų arbata (nesaldinta)	4280	200	0,2	0,15	0,5	4,09
Iš viso:			**6,77**	**7,24**	**60,32**	**337,56**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių ir morkų sriuba (augalinis) (tausojantis)	61932	150	4,28	2,2	14,51	94,97
Orkaitėje keptas lašišos filė kepsniukas (tausojantis)	14609	80	16,9	13,94	0,92	196,78
Virtos grikių kruopos (tausojantis)	2989	80	3,15	0,78	17,33	88,88
Burokėlių salotos	68211	80	2,18	4,16	3,51	60,21
Pomidorų skiltelės	8192	50	0,5	0,2	2,9	15,4
Vanduo su citrina	4262	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso:			**27,09**	**21,30**	**39,92**	**459,76**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šaldytų daržovių (žiediniai kopūstai, morkos, žirneliai, svogūnai) troškinys (tausojantis) (augalinis)	24443	200	6,38	8,87	34,22	242,21
Kukurūzų trapučiai	5550	30	2,76	1,65	21,75	112,89
Juoda arbata (nesaldinta)	4253	200	0	0	0	0,03
Iš viso:			**9,14**	**10,52**	**55,97**	**355,13**
Iš viso (dienos davinio):			**43,00**	**39,06**	**156,21**	**1152,45**

LIETUVOS R. KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė
2023-09-11

3 Savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8^{30}val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	30067	200	5,67	7,77	31,19	217,31
Kukurūzų trapučiai	5550	30	2,76	1,65	21,75	112,89
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	4248	200	0	0	0	0,02
		Iš viso:	**8,43**	**9,42**	**52,94**	**330,22**

Pietūs 12^{00} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Brokolių sriuba su jautienos kumpiu (tausojantis)	61919	130/20	5,6	2,85	8,5	82
Viso grūdo ruginė duona	1435	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Troškinti kalakutienos šlaunelių mėsos gabaliukai (tausojantis)	37164	100	18,97	15,54	3,37	229,16
Virtos bulvės (tausojantis)	9154	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Daržovių rinkinukas (marinuoti agurkai ir morkos)	15135	150	1,38	0,21	11,01	51,45
Vanduo	4259	200	0	0	0	0
		Iš viso:	**29,02**	**19,07**	**53,94**	**503,36**

Vakarienė 15^{30} val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	16674	155/5	4,34	5,81	56	293,65
Sezoniniai vaisiai		80	0,4	0	6,1	26
Vaisinė arbata (nesaldinta)	24403	200	0,01	0,01	0,01	0,12
		Iš viso:	**4,75**	**5,82**	**62,11**	**319,77**
Iš viso (dienos davinio):			**42,20**	**34,31**	**168,99**	**1153,35**

KAUNO LOPŠELIS-DARŽELIS „NAMINUKAS"

Direktorė
Vaida Vaitiekūnienė
2023-09-11