

TVIRTINU

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
lopšelis-darželis Direktoriė
"Sonata" Lažaninkienė

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Pakraščio g. 7A, Kaunas

Galioja nuo 2024-09-09

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

Pritaikytas maitinimas
4-7 metų amžiaus (darželio)
Be glitimo turinčių javų, avižų

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7:00 iki 19:00 val.

1 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir avietėmis (tausojantis)	37176	179/5/16	5,92	6,39	41,61	247,60
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	21991	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoniniai vaisiai		150	1,35	0,15	17,55	76,95
Nesaldinta juodoji arbata	28925	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			12,61	10,70	59,25	383,69

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ukrainietiški barščiai su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	77368	150	2,17	3,13	9,43	74,56
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Troškinti vištienos kumpeliai su česnakais (tausojantis)	44422	120	26,20	14,16	1,02	236,34
Virti basmati ryžiai (tausojantis) (augalinis)	25086	100	2,21	0,92	26,83	124,48
Daržovių rinkinukas (agurkai, morkos, pomidorai)	29217	120	1,08	0,20	7,60	36,52
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			32,48	18,65	52,82	509,05

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis) (augalinis)	29418	190	5,10	7,32	48,33	279,55
Daržovių rinkinukas (ridikėliai, agurkai)	84476	50	0,44	0,02	3,75	7,56
Konservuoti žirneliai	25087	30	1,32	0,09	3,75	21,09
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			6,86	7,42	53,48	308,20
Iš viso dienai:			51,95	36,77	165,55	1200,93

1 savaitė
Antradienis

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktore
Sąžalota Lazdunienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sorų kruopų košė su alyvuogių aliejumi ir obuoliais (tausojantis) (augalinis)	37470	180/7/30	5,63	7,77	40,53	254,56
Sezoniniai vaisiai		150	0,60	0,00	9,15	39,00
Nesaldinta vaisinė arbata	28926	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			6,24	7,77	49,68	293,59

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	77394	150	7,04	5,08	25,95	177,64
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Kalakutienos filė maltinukas (tausojantis)	44583	100	20,30	4,98	2,01	134,07
Birūs griekiai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	24088	90	4,23	1,86	23,28	126,82
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai, pekino kopūstai)	84500	110	1,05	0,21	4,27	23,17
Salotų padažas	25981	5	0,02	3,64	0,21	33,71
Vanduo su apelsinais	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			33,52	16,01	64,37	535,65

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių ir bolivinės balandos košė su troškintomis daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	37474	200/50	8,87	10,43	44,12	305,78
Konservuoti (marinuoti ir rauginoti) agurkai	84502	80	0,64	0,16	2,20	12,80
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			9,51	10,59	46,32	318,58
Iš viso dienai:			49,26	34,36	160,37	1147,81

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	25271	200/5	17,15	6,46	42,21	295,56
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,00	11,88	49,44
Nesaldinta juodoji arbata	28925	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			17,63	6,46	54,09	345,02

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	78314	150	2,33	0,62	21,17	99,59
Ryžių trapučiai	22171	20	1,64	0,46	15,90	74,30
Troškintas jautienos kumpis su daržovėmis (morkos, svogūnai porai) (tausojantis)	36833	90/30	19,85	9,33	9,39	200,94
Bulvių košė (tausojantis)	25091	100	2,17	3,68	18,35	115,22
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkas, paprika, lapinė salota)	81116	110	0,91	0,11	4,31	21,87
Salotų padažas	25981	5	0,02	3,64	0,21	33,71
Vanduo su citrinomis	28939	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			26,98	17,87	69,97	548,65

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	36945	197/3	8,19	4,47	45,05	253,19
Sezoniniai vaisiai		120	1,20	0,48	28,08	121,44
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			9,39	4,95	73,13	374,63
Iš viso dienai:			54,00	29,28	197,18	1268,29

1 savaitė
Ketvirtadienis

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė
G. Kėnapo-Lazauskaitė
Lopšelis-darželis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (tausojantis)	37677	150/4	3,08	4,93	37,40	206,27
Sezoniniai vaisiai		120	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta vaisinė arbata	28926	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			4,28	5,41	65,48	327,74

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	76904	150	1,70	3,12	11,53	80,93
Orkaitėje keptos maltos kiaulienos sprandinės maltinukas (tausojantis)	37321	100	13,86	20,44	5,11	259,81
Žirnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	24954	90	7,35	2,15	18,09	121,11
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkas, morka, ridikėlis)	84018	110	1,04	0,07	6,13	29,29
Vanduo su citrina	28939	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			24,01	25,79	41,50	494,16

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų miltų ir bananų blynėliai	21891	170	6,53	10,26	58,14	351,07
Graikiškas jogurtas (0,2 proc. rieb.)	25984	20	1,80	0,04	0,82	10,84
Trintos šaldytos uogos	25985	30	0,35	0,17	3,03	15,06
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			8,68	10,48	61,99	376,97
Iš viso dienai:			36,98	41,68	168,97	1198,87

1 savaitė
Penktadienis

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktoriė
Sona Jaužaninkienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	36945	197/3	8,19	4,47	45,05	253,19
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Sezoniniai vaisiai		150	0,60	0,00	9,15	39,00
Nesaldinta vaistažolių arbata	28941	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			9,61	4,70	62,15	329,35

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių sriuba su kiaulienos mentės kukulaičiais (tausojantis)	77948	130/20	4,67	6,72	10,22	120,00
Orkaitėje keptas šamo filė maltinukas (tausojantis)	24767	100	17,25	12,27	7,16	208,02
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	24957	100	2,10	0,11	20,69	92,09
Kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	84020	100	1,36	4,64	7,00	75,20
Pomidorų skiltelės	84507	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo su citrinomis	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			25,93	23,93	48,67	513,78

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių su daržovėmis (porais, cukinijomis, morkomis) ir a.r. pieniškomis dešrelėmis (tausojantis)	27424	110/90/30	9,91	16,27	34,31	323,28
Agurkų griežinėliai	84508	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			10,12	16,27	35,15	327,48
Iš viso dienai:			45,66	44,90	145,96	1170,62

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	37677	150/4	3,08	4,93	37,40	206,27
Trintos šaldytos uogos	25985	30	0,35	0,17	3,03	15,06
Sezoniniai vaisiai		150	0,45	0,45	18,15	78,45
Nesaldinta juodoji arbata	28925	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			3,88	5,55	58,57	299,80

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (žiedinių kopūstų, morkų, žirnelių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	76983	150	1,84	3,18	10,54	78,11
Troškinta kiaulienos sprandinė (tausojantis)	36652	80	13,52	19,16	1,12	230,99
Bulvių košė (tausojantis)	25091	100	2,17	3,68	18,35	115,22
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, morkos, ridikėliai)	84018	110	1,04	0,07	6,13	29,29
Vanduo su citrina	28939	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			18,64	26,10	36,78	456,63

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai su bananų įdaru	22326	120/70	7,22	7,70	49,88	297,69
Trintos šaldytos uogos	25995	30	0,20	0,12	2,56	12,10
Graikiškas jogurtas (0,2 proc.rieb.)	25984	20	1,80	0,04	0,82	10,84
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			9,22	7,86	53,26	320,63
Iš viso dienai:			31,74	39,52	148,62	1077,07

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių ir bolivinės balandos košė su troškintomis daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	37474	200/50	8,87	10,43	44,12	305,78
Sezoniniai vaisiai		150	0,60	0,00	9,15	39,00
Nesaldinta vaisinė arbata	28926	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			9,47	10,43	53,27	344,80

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta pomidorinė sriuba su lęšiais (augalinis) (tausojantis)	77402	150	4,70	2,87	13,91	100,26
Troškintas vištienos šlaunelių mėsos maltinukas (tausojantis)	44591	120	19,72	10,62	8,02	206,48
Virti basmati ryžiai (augalinis) (tausojantis)	25086	100	2,21	0,92	26,83	124,48
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	84510	100	2,61	5,88	4,67	82,07
Daržovių rinkinukas (marinuoti agurkai, paprikos)	84511	70	0,59	0,14	3,11	16,06
Vanduo su apelsinai	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			29,89	20,44	57,24	532,41

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bulvių ir cukinių kugelis	29227	230	7,39	9,74	42,08	285,52
Česnakinis varškės (9 proc. rieb.) ir jogurto (3,8 proc. rieb.) padažas	25998	50	5,38	3,09	1,89	56,93
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			51,71	45,36	43,97	342,44
Iš viso dienai:			52,14	43,69	154,47	1219,66

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
 Iov. Direktore
 Sonata Lazauskienė

2 savaitė
 Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	25271	200/5	17,15	6,46	42,21	295,56
Sezoniniai vaisiai		120	0,84	0,24	21,60	91,92
Nesaldinta vaistažolių arbata	28941	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			17,99	6,70	63,81	387,49

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	77083	150	1,86	2,15	9,12	63,24
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Orkaitėje keptas kiaulienos kumpis (tausojantis)	37147	110	21,64	11,14	0,17	187,49
Birūs griekiai su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	24088	90	4,23	1,86	23,28	126,82
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, morkos, ridikėliai)	84018	110	1,04	0,07	6,13	29,29
Vanduo su apelsinais	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			29,65	15,45	47,36	447,07

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti kiaušiniai (tausojantis)	5540	90	11,43	9,81	0,81	137,25
Traputis su sviestu (82 proc. rieb.) ir varškės sūriu (22 proc. rieb.)	20083	15/5/15	4,78	7,75	12,21	137,65
Pomidorų skiltelės	20166	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Liofilizuotos uogos	74571	20	1,52	0,74	10,12	53,22
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			18,23	18,50	26,04	343,51
Iš viso dienai:			65,87	40,64	137,20	1178,08

2 savaitė
Ketvirtadienis

TVIRTINU
Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė
Sona Lizauskienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	36945	197/3	8,19	4,47	45,05	253,19
Sezoniniai vaisiai		120	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta vaisinė arbata	28926	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			9,39	4,95	73,13	374,65

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	78314	150	2,33	0,62	21,17	99,59
Kalakutienos šlaunelių mėsos maltinukas (tausojantis)	44594	100	18,61	8,46	2,01	158,60
Žirnių košė su tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	25092	70	6,13	1,64	15,08	99,56
Morkų salotos su česnaku (augalinis)	84516	110	2,00	9,98	11,65	144,38
Daržovių rinkinukas (marinuoti agurkai, paprikos)	84511	70	0,59	0,14	3,11	16,06
Vanduo su apelsiniais	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			29,83	20,95	53,40	521,47

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų miltų ir bananų blynėliai	21891	170	6,53	10,26	58,14	351,07
Trintos šaldytos uogos	25995	30	0,20	0,12	2,56	12,10
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			6,74	10,38	60,70	363,17
Iš viso dienai:			45,83	36,18	187,54	1259,09

2 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	37677	150/4	3,08	4,93	37,40	206,27
Liofilizuotos uogos		20	1,52	0,74	10,12	53,22
Sezoniniai vaisiai		120	2,40	0,00	9,60	48,00
Nesaldinta juodoji arbata	28925	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			7,00	5,67	57,12	307,51

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	76904	150	1,70	3,12	11,53	80,93
Ryžių trapučiai	22171	20	1,64	0,46	15,90	74,30
Garuose kepta lašišos filė su žolelėmis (tausojantis)	24583	100	21,14	14,03	1,05	215,08
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	24957	100	2,10	0,11	20,69	92,09
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, paprikos, lapinės salotos)	81116	110	0,91	0,11	4,31	21,87
Salotų padažas	25981	5	0,02	3,64	0,21	33,71
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			27,50	21,47	53,69	517,98

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų košė su alyvuogių aliejumi ir avietėmis (augalinis) (tausojantis)	37459	179/7/16	3,93	6,91	38,28	231,02
Įvairių vaisių tyrė	26003	190	0,95	0,95	24,70	111,15
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			4,88	7,86	62,98	342,17
Iš viso dienai:			39,39	34,99	173,79	1167,66

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	36945	197/3	8,19	4,47	45,05	253,19
Įvairių vaisių tyrė	26003	190	0,95	0,95	24,70	111,15
Nesaldinta vaistažolių arbata	28941	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			9,14	5,42	69,75	364,35

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta pomidorinė sriuba su lęšiais (augalinis) (tausojantis)	77402	150	4,70	2,87	13,91	100,26
Orkaitėje keptas maltos kiaušienos sprandinės maltinukas (tausojantis)	37321	100	13,86	20,44	5,11	259,81
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	24957	100	2,10	0,11	20,69	92,09
Kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	84020	100	1,35	4,64	7,00	75,20
Agurkų griežinėliai	84508	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su citrinomis	28939	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			22,31	28,07	48,18	534,57

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų miltų ir bananų blynėliai	21891	170	6,53	10,26	58,14	351,07
Sezoniniai vaisiai		150	0,60	0,00	9,15	39,00
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,13	10,26	67,29	390,07
Iš viso dienai:			38,58	43,75	185,22	1288,99

3 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	25271	200/5	17,15	6,46	42,21	295,56
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,00	11,88	49,44
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Nesaldinta vaisinė arbata	20583	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			18,45	6,69	62,04	382,17

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	77083	150	1,86	2,15	9,12	63,24
Ryžių trapučiai	22171	20	1,64	0,46	15,90	74,30
Plikytų ryžių plovas su vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	44421	120/60	16,77	13,04	33,74	319,43
Daržovių rinkinukas (marinuoti agurkai, paprikos)	84511	70	0,59	0,14	3,11	16,06
Pomidorų skiltelės	84507	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo su apelsiniais	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			21,41	16,00	65,47	491,50

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis) (augalinis)	29418	190	5,10	7,32	48,33	279,55
Pomidorų skiltelės	84507	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,00	11,88	49,44
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			6,08	7,52	63,11	344,39
Iš viso dienai:			45,95	30,20	190,62	1218,06

3 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų kruopų košė su alyvuogių aliejumi ir avietėmis (tausojantis)	37459	179/7/16	3,93	6,91	38,28	231,02
Natūralus jogurtas (2,9 proc.rieb.)	27188	125	4,63	3,75	6,38	77,75
Sezoniniai vaisiai		120	2,40	0,00	9,60	48,00
Nesaldinta vaisinė arbata	28926	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			10,96	10,66	54,26	356,79

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	76904	150	1,70	3,12	11,53	80,93
Ryžių trapučiai	22171	20	1,64	0,46	15,90	74,30
Troškintas jautienos kumpis su daržovėmis (morkos, svogūnai, porai) (tausojantis)	36833	90/30	19,85	9,33	9,39	200,94
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	24957	100	2,10	0,11	20,69	92,09
Konservuoti (marinuoti ir rauginti) agurkai	84502	80	0,64	0,16	2,20	12,80
Šviežių daržovių rinkinukas (paprikos, gūžinės salotos)	84534	50	0,47	0,08	2,61	13,04
Salotų padažas	25981	5	0,02	3,64	0,21	33,71
Vanduo su citrinomis	28939	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			26,48	16,92	63,17	510,83

Vakariėnė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Griekiai su daržovėmis (porais, cukinijomis, morkomis) ir a.r. pieniškomis dešrelėmis (tausojantis)	27424	110/90/30	9,91	16,27	34,31	323,28
Agurkų griežinėliai	84508	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			10,12	16,27	35,15	327,48
Iš viso dienai:			47,56	43,84	152,27	1195,10

3 savaitė
Ketvirtadienis

TVIRTINU

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Kauno D. D. D. D.
Sonata L. L. L. L.

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	36945	197/3	8,19	4,47	45,05	253,19
Sezoniniai vaisiai		120	1,08	0,12	14,04	61,56
Kefyras (2,5 proc. rieb.)	28986	130	4,16	3,25	5,20	66,69
Iš viso maitinimui:			13,43	7,84	64,29	381,44

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (žiedinių kopūstų, morkų, žirnelių) sriuba (tausojantis)	76983	150	1,84	3,18	10,54	78,11
Ryžių trapučiai	22171	20	1,64	0,46	15,90	74,30
Troškintas vištienos šlaunelių mėsos maltinukas (tausojantis)	44946	120	18,76	10,37	7,91	200,01
Virti basmati ryžiai (augalinis) (tausojantis)	25086	100	2,21	0,92	26,83	124,48
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai, pekino kopūstai)	84500	110	1,05	0,21	4,27	23,17
Salotų padažas	25981	5	0,02	3,64	0,21	33,71
Vanduo su apelsiniais	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			25,57	18,79	66,37	536,85

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai su bananų įdaru	22326	120/70	7,22	7,70	49,88	297,69
Grietinė (30 proc. rieb.)	25986	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Trintos šaldytos uogos	25985	30	0,35	0,17	3,03	15,06
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,95	12,38	53,31	356,43
Iš viso dienai:			46,95	39,01	183,96	1274,72

3 savaitė
 Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sorų kruopų košė su alyvuogių aliejumi ir obuoliai (augalinis) (tausojantis)	37470	180/7/30	5,63	7,77	40,53	254,56
Sezoniniai vaisiai		120	1,08	0,48	17,76	79,68
Nesaldinta vaistažolių arbata	28941	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,72	8,25	58,29	334,26

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	77394	150	7,04	5,08	25,95	177,64
Orkaitėje keptas jūros lydekos maltinukas (tausojantis)	24770	100	18,77	6,80	6,25	161,23
Bulvių košė (tausojantis)	25091	100	2,17	3,68	18,35	115,22
Kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	84020	100	1,36	4,64	7,00	75,20
Agurkų griežinėliai	84508	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su citrinomis	28939	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			29,63	20,21	59,03	536,52

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių ir bolivinės balandos košė su troškintomis daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	37474	200/50	8,87	10,43	44,19	305,78
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,00	11,88	49,44
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			9,35	10,43	56,00	355,22
Iš viso dienai:			45,69	38,89	173,31	1225,99