

Patvirtino:

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“

Direktorė

Sonata Lazauninkienė

2025-12-01

Galioja nuo 25-12-01

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“

Pakraščio g. 7A, Kaunas

15 DIENŲ MAITINIMAS

4-7 metų pritaikyto maitinimo valgiaraštis

(Pieno produktai, grynas kiaušinis, kviečiai, miežiai, avižos, glitimo turintys javai)

Išstaigos darbo laikas

Nuo 07 val. iki 19 val.

Patvirtino:

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“

Kauno

Direktorė

Sonata Lažauninkienė

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų košė su alyvuogių aliejumi ir avietėmis (tausojantis)(augalinis)	37459	179/7/16	3,93	6,91	38,28	231,02
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Vaisiai	74344	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:			6,10	7,29	63,79	345,14

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis, augalinis)	92251	150	2,17	3,13	9,43	74,56
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Troškintas vištienos šlaunelių mėsos maltinukas (tausojantis)	44946	120	18,76	10,37	7,91	200,01
Virti basmati ryžiai (tausojantis)	25085	80	1,76	0,74	21,34	99,02
Daržovių rinkinukas (agurkai, morkos, pomidorai pagal sezoną)	29217	120	1,08	0,20	7,60	36,52
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			24,58	14,67	54,23	447,25

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis) (augalinis)	29418	190	5,09	7,81	48,43	284,29
Daržovių rinkinukas (ridikėliai/agurkai) (pagal sezoną)	84476	25/25	0,44	0,02	1,41	7,56
Žirneliai konservuoti	25087	30	1,32	0,09	3,75	21,09
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			6,85	7,91	53,58	312,94
Iš viso dienai:			37,53	29,87	171,60	1105,33

1 savaitė
Antradienis

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė
Sonata Lažauninkienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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
Vaisiai	74381	150	0,60	0,00	9,15	39,00
Nesaldinta arbata vaisinė	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.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Zirnių 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 tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	24088	90	4,23	1,86	23,28	126,82
Sviežių 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 citrusiniais vaisiais	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.	Išėiga	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 rauginėti) agurkai	84502	80	0,64	0,16	2,20	12,80
Vanduo	9260	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

Patvirtino:

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė
Sonata Laxauninkienė

1 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Zirnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	25271	200	17,15	6,46	42,21	295,56
Vaisiai	74379	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			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su ryžiais (tausojantis, augalinis)	78314	150	2,33	0,62	21,17	99,59
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Troškintas jautienos kumpis su daržovėmis (morkos, svogūnai, porai) (tausojantis)	36833	90/30	19,85	9,33	9,39	200,94
Bulvių košė (tausojantis)	26600	100	2,00	2,83	19,70	112,27
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, 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 citrusiniais vaisiais	28939	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			25,99	16,79	63,37	508,55

Vakarienė 15:30 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
Vaisiai	74380	120	1,20	0,48	28,08	121,44
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			9,39	4,95	73,13	374,63
Iš viso dienai:			53,01	28,20	190,58	1228,19

Patvirtino:

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“

Direktorė

Sonata Lazdauninkienė

1 savaitė

Ketvirtadienis

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	3,08	4,93	37,40	206,27
Vaisiai	74380	120	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta arbata vaisinė	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.	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
Orkaitėje keptas 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
Daržovių rinkinukas (agurkai, morkos, ridikėliai)	84018	110	1,04	0,07	6,13	29,29
Vanduo su citrusiniais vaisiais	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.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų miltų ir bananų blynėliai	21891	170	6,53	10,04	59,78	355,66
Trintos šaldytos uogos	25985	30	0,35	0,17	3,03	15,06
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			6,88	10,22	62,81	370,72
Iš viso dienai:			35,18	41,42	169,79	1192,61

Patvirtino:

1 savaitė
Penktadienis

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė
Sonata Lažaninkienė

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
Vaisiai	74381	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 žuvis (šamas) 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 citrusiniais vaisiais	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.)
Bulvės su daržovėmis (porais, cukinijomis, morkomis) ir a.r. dešrelėmis	32286	110/90/30	5,79	15,10	15,16	219,72
Agurkų griežinėliai	84508	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Traputis	21473	20	1,64	0,46	15,90	74,30
Iš viso maitinimui:			7,64	15,56	31,90	298,22
Iš viso dienai:			43,18	44,20	142,71	1 141,35

Patvirtino:

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktoriė
Sonata Lažuninkienė

2 savaitė
Pirmadienis

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 (augalinis) (tausojantis)	37677	150	3,08	4,93	37,40	206,27
Trintos šaldytos uogos	25985	30	0,35	0,17	3,03	15,06
Vaisiai	74385	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.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (žiedinių kopūstų, morkų, žirnelių) sriuba (tausojantis) (augalinis)	76983	150	1,84	3,18	10,54	78,11
Troškinta kiaulienos sprandinė (tausojantis)	36652	80	13,52	19,16	1,12	230,99
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	24957	100	2,10	0,11	20,69	92,09
Daržovių rinkinukas (agurkai, morkos, ridikėliai)	84018	110	1,04	0,07	6,13	29,29
Vanduo su citrusiniais vaisiais	28939	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			18,57	22,53	39,12	433,50

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,42	7,82	52,44	309,79
Iš viso dienai:			29,87	35,90	150,13	1043,09

2 savaitė
 Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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
Vaisiai	74381	150	0,60	0,00	9,15	39,00
Nesaldinta arbata vaisinė	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			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta pomidorinė sriuba su lęšiais (tausojantis, augalinis)	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 (tausojantis)	25085	80	1,76	0,74	21,34	99,02
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	84510	100	2,61	5,88	4,67	82,07
Daržovių rinkinukas (marinuotas agurkas, paprika)	84511	70	0,59	0,14	3,11	16,06
Vanduo su citrusiniais vaisiais	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			29,43	20,25	51,75	506,95

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis) (augalinis)	29418	190	5,09	7,81	48,43	284,29
Pomidorų skiltelės	84507	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			6,41	8,24	59,28	336,84
Iš viso dienai:			45,31	38,91	164,29	1188,59

Patvirtino:

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė
Sonata Lazauskienė

2 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Zirnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	25271	200	17,15	6,46	42,21	295,56
Vaisiai	74435	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 su pupelėmis (tausojantis, augalinis)	92251	150	2,17	3,13	9,43	74,56
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Orkaitėje keptas kiaulienos sprandinės maltinukas (tausojantis)	37321	100	13,86	20,44	5,11	259,81
Birūs griikiai su tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	24088	90	4,23	1,86	23,28	126,82
Daržovių rinkinukas (agurkai, morkos, ridikėliai)	84018	110	1,04	0,07	6,13	29,29
Vanduo su citrusiniais vaisiais	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			22,17	25,73	52,60	530,71

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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
Liofilizuotos uogos	74571	20	1,52	0,74	10,12	53,22
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,15	8,51	50,65	307,78
Iš viso dienai:			47,32	40,94	167,06	1 225,98

Patvirtino:

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“

Direktore

Sonata L. Žauninkienė

2 savaitė

Ketvirtadienis

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
Vaisiai	74380	120	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta arbata vaisinė	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.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su ryžiais (tausojantis, augalinis)	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 alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	24954	90	7,35	2,15	18,09	121,11
Morkų salotos su česnaku (augalinis)	84516	110	2,00	9,98	11,65	144,38
Daržovių rinkinukas (marinuotas agurkas, paprika)	84511	70	0,59	0,14	3,11	16,06
Vanduo su citrusiniais vaisiais	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			30,93	21,35	56,73	542,82

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	10,04	59,78	355,66
Trintos šaldytos uogos	25995	30	0,20	0,12	2,56	12,10
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			6,74	10,16	62,35	367,76
Iš viso dienai:			47,06	36,47	192,20	1285,23

Patvirtino:

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė
Sonata Lazauninkienė

2 savaitė

Penktadienis

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	3,08	4,93	37,40	206,27
Liofilizuotos uogos	74571	20	1,52	0,74	10,12	53,22
Vaisiai	74415	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			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	76904	150	1,70	3,12	11,53	80,93
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
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
Orkaitėje keptos sezoninės daržovės (cukinija, kalafijoras)	34258	110	1,70	2,90	4,86	52,29
Pomidorų skiltelės	84507	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			27,95	20,58	48,98	492,94

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų košė su alyvuogių aliejumi ir avietėmis (tausojantis)(augalinis)	37459	179/7/16	3,93	6,91	38,28	231,02
Ekologiška obuolių tyrė	26003	190	0,95	0,95	24,70	111,15
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			4,88	7,86	62,98	342,17
Iš viso dienai:			39,84	34,11	169,08	1 142,62

Patvirtino:

3 savaitė
Pirmadienis

LIETUVIJA RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktoriė
Sonata Lazauskienė

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
Ekologiška obuolių 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 (tausojantis, augalinis)	77402	150	4,70	2,87	13,91	100,26
Orkaitėje keptas kiaulienos sprandinės maltinukas (tausojantis)	37321	100	13,86	20,44	5,11	259,81
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
Agurkų griežinėliai	84508	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su citrusiniais vaisiais	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	10,04	59,78	355,66
Vaisiai	74418	120	0,48	0,00	7,32	31,20
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,13	10,04	68,93	394,66
Iš viso dienai:			38,46	43,53	185,03	1 285,78

3 savaitė
 Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Zirnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	25271	200	17,15	6,46	42,21	295,56
Vaisiai	74379	120	0,48	0,00	11,88	49,44
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Nesaldinta arbata vaisinė	28926	150	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 su pupelėmis (tausojantis, augalinis)	92251	150	2,17	3,13	9,43	74,56
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Plikytų ryžių plovos su vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	44421	120/60	16,77	13,04	33,74	319,43
Daržovių rinkinukas (marinuotas agurkas, paprika)	84511	70	0,59	0,14	3,11	16,06
Pomidorų skiltelės	84507	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo su citrusiniais vaisiais	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			20,90	16,75	57,83	465,67

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	5,09	7,81	48,43	284,29
Pomidorų skiltelės	84507	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Vaisiai	74379	120	0,48	0,00	11,88	49,44
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			6,07	8,01	63,21	349,13
Iš viso dienai:			45,41	31,45	183,08	1196,98

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų košė su alyvuogių aliejumi ir avietėmis (tausojantis)(augalinis)	37459	179/7/16	3,93	6,91	38,28	231,02
Liofilizuotos uogos	74571	20	1,52	0,74	10,12	53,22
Vaisiai	74415	120	2,40	0,00	9,60	48,00
Nesaldinta arbata vaisinė	28926	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,85	7,65	58,01	332,26

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
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Troškintas jautienos kumpis su daržovėmis (morkos, svogūnai, porai) (tausojantis)	36833	90/30	19,85	9,33	9,39	200,94
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	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
Daržovių rinkinukas (paprika, aisbergo salota)	84534	50	0,47	0,08	2,61	13,04
Salotų padažas	25981	5	0,02	3,64	0,21	33,71
Vanduo su citrusiniais vaisiais	28939	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			25,66	16,69	55,22	473,68

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Griekiai su daržovėmis (porais, cukinijomis, morkomis) ir a.r. 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	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			10,12	16,27	35,15	327,48
Iš viso dieniui:			43,63	40,60	148,37	1133,42

3 savaitė
Ketvirtadienis

Patvirtino:
Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė
Sonata Lazauninkienė

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
Vaisiai	74603	120	1,08	0,12	14,04	61,56
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			9,27	4,59	59,09	314,75

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) (augalinis)	76983	150	1,84	3,18	10,54	78,11
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Troškintas vištienos šlaunelių mėsos maltinukas (tausojantis)	44946	120	18,76	10,37	7,91	200,01
Virti basmati ryžiai (tausojantis)	25085	80	1,76	0,74	21,34	99,02
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 citrusiniais vaisiais	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			24,29	18,37	52,93	474,24

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	25985	30	0,35	0,17	3,03	15,06
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,56	7,88	52,90	312,75
Iš viso dienai:			41,13	30,84	164,92	1101,74

3 savaitė
Penktadienis

Patvirtino:
Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė
Sona Lazauninkienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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
Vaisiai	74420	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			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	77394	150	7,04	5,08	25,95	177,64
Orkaitėje keptas jūros lydekos filė 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 (augalinis)	84020	100	1,36	4,64	7,00	75,20
Agurkų griežinėliai	84508	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su citrusiniais vaisiais	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			
			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
Vaisiai	74379	120	0,48	0,00	11,88	49,44
Vanduo	9260	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