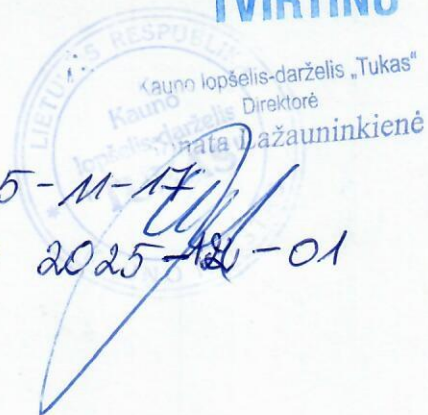


TVIRTINU



2025-11-17
galioja nuo 2025-12-01

Kauno lopšelis-darželis "Tukas"

Pakraščio g. 7A, Kaunas

15 DIENŲ MAITINIMAS

4-7 metų pritaikyto maitinimo valgiaraštis

(Kiaušinis, karvės pienas ir jo produktai, jautiena, ėriena)

Istaigos darbo laikas
Nuo 07 val. iki 19 val.

1 savaitė

Pirmadienis

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė

Sonata Lazaninkienė

Pusryčiai 08:30 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
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.	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
Vištienos kumpelių mėsos kepsniukai (tausojantis)	58477	110	12,85	13,67	14,89	234,02
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:			17,85	17,74	53,26	444,12
Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ekologiška obuolių tyrė	26003	190	0,95	0,95	24,70	111,15
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Iš viso maitinimui:			1,77	1,18	32,65	148,30
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
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:			32,57	34,12	203,28	1250,49

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Manų kruopų košė su avižų sėlenomis ir cinamonu (tausojantis)(augalinis)	37463	200/4/3	4,43	7,01	32,14	209,32
Riestainiai	21992	50	3,70	0,40	23,00	110,40
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:			8,73	7,41	64,29	358,74
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	77394	150	7,04	5,08	25,95	177,64
Kalakutienos filė maltinukas (tausojantis)	45147	100	19,41	4,22	1,94	123,40
Birūs griekiai su tyru 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 citrusiniais vaisiais	28938	200	0,05	0,01	0,70	3,08
Iš viso maitinimui:			31,81	15,01	56,36	487,82
Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Vaisiai	54396	120	0,84	0,24	21,60	91,92
Liofilizuotos uogos	74571	20	1,52	0,74	10,12	53,22
Iš viso maitinimui:			2,36	0,98	31,72	145,14
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 rauginti) 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:			52,41	33,99	198,69	1 310,28

1 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
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			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis)	77395	150	2,46	0,73	20,85	99,80
Ruginė duona su sėklomis	27253	20	1,82	0,82	9,28	51,78
Troškintas kiaulienos kumpis su daržovėmis (morkos, svogūnai, porai) (tausojantis)	37311	90/30	17,24	12,39	9,39	218,04
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	24957	100	2,10	0,11	20,69	92,09
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 (citrina)	28939	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			24,61	17,82	65,37	520,30
Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ekologiška obuolių tyrė	26003	190	0,95	0,95	24,70	111,15
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Iš viso maitinimui:			1,77	1,18	32,65	148,30
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
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:			53,40	30,41	225,24	1388,25

1 savaitė
Ketvirtadienis

Kauno
Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktore
Sona Lažaurinkienė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trijų grūdų (avižos, kviečiai, miežiai) dribsnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	37466	200	5,27	6,41	31,82	205,97
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:			6,47	6,89	59,90	327,43
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
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	41,5	494,16
Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų traputis	22267	20	1,84	1,10	14,50	75,26
Vaisiai	75215	100	0,70	0,20	18,00	76,60
Iš viso maitinimui:			2,54	1,30	32,50	151,86
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
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:			39,90	44,19	196,71	1344,17

Patvirtino:

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė
Sonata Lažauninkienė

I savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 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
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			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bulvių sriuba su kiaulienos mentės kukulaičiais (tausojantis)	77948	130/20	4,67	6,72	10,22	120,00
Orkaitėje keptas žuvies (šamas) maltinukas (tausojantis)	24853	100	15,50	10,65	8,65	192,44
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:			24,19	22,32	50,15	498,21
Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vaisiai	75234	150	1,50	0,60	35,10	151,80
Iš viso maitinimui:			1,50	0,60	35,10	151,80
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Makaronai su daržovėmis (porais, cukinijomis, morkomis) ir a.r. dešrelėmis(tausojantis)	27301	110/90/30	10,84	16,31	29,90	309,75
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:			11,05	16,31	30,74	313,95
Iš viso dienai:			46,35	43,93	178,14	1293,31

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Manų kruopų košė su avižų sėlenomis ir cinamonu (tausojantis)(augalinis)	37463	200/4/3	4,43	7,01	32,14	209,32
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:			5,22	7,63	53,32	302,85
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
Šviesi viso grūdo duona	27190	30	1,56	0,33	14,79	68,37
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:			19,37	22,49	48,85	475,26
Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Vaisiai	75226	150	0,90	0,15	16,65	71,55
Liofilizuotos uogos	94926	30	2,28	1,11	15,18	79,83
Iš viso maitinimui:			3,18	1,26	31,83	151,38
Vakarienė 15:30 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
Trintos šaldytos uogos	25995	30	0,20	0,12	2,56	12,10
Sausainiai	22262	20	1,50	3,10	13,60	88,30
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,34	10,98	56,69	354,96
Iš viso dienai:			35,11	42,36	190,68	1284,45

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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
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.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta pomidorinė sriuba su lęšiais (tausojantis, augalinis)	77402	150	4,70	2,87	13,91	100,26
Troškinti vištienos šlaunelių kepsniukai (tausojantis)	44422	120	27,26	12,34	0,71	222,96
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:			36,98	21,97	44,44	523,44
Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vaisiai	75234	150	1,50	0,60	35,10	151,80
Iš viso maitinimui:			1,50	0,60	35,10	151,80
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis) (augalinis)	29418	190	5,09	7,81	48,43	284,29
Daržovių rinkinukas (agurkas, pomidorai)	21644	90	0,58	0,19	2,70	14,84
Vaisiai	76382	100	0,40	0,00	9,90	41,20
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			6,07	8,00	61,03	340,33
Iš viso dienai:			54,02	41,00	193,84	1360,37

2 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su bananais (tausojantis) (augalinis)	37475	190/25	7,40	8,73	38,36	261,59
Trintos šaldytos uogos	25985	30	0,35	0,17	3,03	15,06
Vaisiai	74395	150	1,05	0,30	27,00	114,90
Nesaldinta vaistažolių arbata	28941	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			8,80	9,20	68,38	391,56
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis, augalinis)	92251	150	2,17	3,13	9,43	74,56
Orkaitėje kepta kiaulienos sprandinė (tausojantis)	46124	90	15,07	23,26	0,17	270,29
Birūs griekiai 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:			22,56	28,33	39,71	504,04
Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vaisiai	94013	170	1,19	0,34	30,60	130,22
Liofilizuotos uogos	94016	10	0,90	0,20	3,40	19,00
Iš viso maitinimui:			2,09	0,54	35,10	149,22
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
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:			40,61	46,57	192,75	1 352,61

2 savaitė
Ketvirtadienis

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktorė
Sonata Jazūnaitienė

Pusryčiai 08:30 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
Vaisiai	77047	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta arbata vaisinė	28926	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			8,79	4,47	59,90	315,01
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis)	77395	150	2,46	0,73	20,85	99,80
Kalakutienos šlaunelių mėsos maltinukas (tausojantis)	45153	100	18,04	7,74	5,18	162,53
Žirnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	24954	90	7,35	2,15	18,09	121,11
Morkų salotos su česnakų (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:			30,49	20,74	59,59	546,95
Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ekologiška obuolių tyrė	26003	190	0,95	0,95	24,70	111,15
Ryžių trapučiai	22170	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Iš viso maitinimui:			1,77	1,18	32,65	148,30
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų miltų ir bananų blynėliai	21987	170	5,14	8,22	62,06	342,78
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:			5,34	8,34	64,62	354,88
Iš viso dienai:			46,39	34,72	216,76	1365,15

2 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trijų grūdų (avižos, kviečiai, miežiai) dribsnių košė su alyvuolejumi (tausojantis) (augalinis)	37466	200	5,27	6,41	31,82	205,97
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:			9,19	7,15	51,54	307,20

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
Ruginė duona	27168	30	1,83	0,30	13,68	64,74
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:			28,97	20,66	54,71	520,53

Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vaisiai	94017	150	1,50	0,60	35,10	151,80
Iš viso maitinimui:			1,50	0,60	35,10	151,80

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 (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:			44,53	36,25	204,33	1 321,70

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
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
Kuskuso kruopų košė (augalinis, tausojantis)	25098	100	1,23	1,21	7,35	45,15
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:			21,44	29,17	34,85	487,63
Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Vaisiai	75234	150	1,50	0,60	35,10	151,80
Iš viso maitinimui:			1,50	0,60	35,10	151,80
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų miltų ir bananų blynėliai	21987	170	5,14	8,22	62,06	342,78
Vaisiai	74381	150	0,60	0,00	9,15	39,00
Vanduo	9260	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			5,74	8,22	71,21	381,78
Iš viso dienai:			37,82	43,41	210,90	1385,56

3 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trijų grūdų (avižos, kviečiai, miežiai) dribsnių košė su alyv. aliejumi (tausojantis) (augalinis)	37466	200	5,27	6,41	31,82	205,97
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:			6,57	6,64	51,65	292,58

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis, augalinis)	92251	150	2,17	3,13	9,43	74,56
Ruginė duona su sėklomis	27179	30	2,73	1,23	13,92	77,67
Plikytų ryžių plovai 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:			22,81	17,75	63,80	506,19

Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių trapučiai	27987	20	1,64	0,46	15,90	74,30
Vaisiai	74385	150	0,45	0,45	18,15	78,45
Iš viso maitinimui:			2,09	0,91	34,05	152,75

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
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:			37,53	33,30	212,70	1 300,65

3 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų košė su alyvuogių aliejumi ir avietėmis (tausojantis)(augalinis)	37459	179/7/16	3,93	6,91	38,28	231,02
Vaisiai	74415	120	2,40	0,00	9,60	48,00
Liofilizuotos uogos	74571	20	1,52	0,74	10,12	53,22
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.	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
Ruginė duona su sėklomis	27179	30	2,73	1,23	13,92	77,67
Troškintas kiaulienos kumpis su daržovėmis (morkos, svogūnai, porai) (tausojantis)	37311	90/30	17,24	12,39	9,39	218,04
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:			24,96	20,75	61,19	531,30

Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sausainiai	22262	20	1,50	3,10	13,60	88,30
Vaisiai	75243	120	0,36	0,36	14,52	62,76
Iš viso maitinimui:			1,86	3,46	28,12	151,06

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Makaronai su daržovėmis (porais, cukinijomis, morkomis) ir a.r. dešrelėmis (tausojantis)	27301	110/90/30	10,84	16,31	29,90	309,75
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:			11,05	16,31	30,74	313,95
Iš viso dienai:			45,73	48,16	178,05	1 328,57

3 savaitė
Ketvirtadienis

Kauno lopšelis-darželis „Tukas“
Direktore
Sonata Lažaunienė

Pusryčiai 08:30 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
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			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių (žiedinių kopūstų, morkų, žirnelių) sriuba (tausojantis) (augalinis)	76983	150	1,84	3,18	10,54	78,11
Ruginė duona	27168	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Troškinti vištienos šlaunelių kepsniukai (tausojantis)	44422	120	27,26	12,34	0,71	222,96
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:			33,81	20,41	51,46	524,79

Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vaisiai	74395	150	1,05	0,30	27,00	114,90
Ryžių traputis	24297	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Iš viso maitinimui:			1,87	0,53	34,95	152,05

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su bananais (tausojantis) (augalinis)	37475	190/25	7,40	8,73	38,36	261,59
Trintos šaldytos uogos	25985	30	0,35	0,17	3,03	15,06
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:			8,57	9,13	49,33	313,80
Iš viso dienai:			53,52	34,66	194,83	1305,38

3 savaitė
Penktadienis

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

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kruopų košė su daržovėmis (morkos, svogūnai, cukinija) (augalinis) (tausojantis)	37212	180/50	6,04	6,59	47,20	272,29
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:			7,12	7,07	64,96	351,98

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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 lydekų filė maltinukas (tausojantis)	24861	100	16,86	5,16	6,12	138,35
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:			27,65	15	61,23	490,50

Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ekologiška obuolių tyrė	26003	190	0,95	0,95	24,70	111,15
Morkų lazdelės	16140	80	0,80	0,08	8,32	37,20
Iš viso maitinimui:			1,75	1,03	33,02	148,35

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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
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:			45,87	33,53	215,21	1346,05