

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIS-DARŽELIS "GINTARĖLIS"

TVIRTINU
Direktorė

Aušra Šileikienė

Pirma savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.05 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavandeniai,g	
Grikių kr. košė su sviestu	3 K	200	5,51	5,51	25,23	167,1
Viso grūdo baltos duonos sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu	1 U	42	3,63	8,82	3,71	108,74
Nesaldinta arbata (juodoji)	58/1	150	0	0	0	0
Vaisių lėkštelė (apelsinai)		150	1,35	0,3	12,15	60
Iš viso:			10,49	14,63	41,09	335,84

Pietūs 11.00 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavandeniai,g	
Pupelių sriuba (augalinis, tausojantis)	14 SRA	150	3,56	2,32	16,42	117,66
Konvekciniėje krosnyje keptas vištienos šlaunelių maltinukas (tausojantis) su bulvių koše ir jogurtiniu padažu.	23/2K/GR 012/38P	70/120/15	21,53	7,36	23,62	253,2
Burokėlių ir obuolių salotos su aliejaus užpilu (tausojantis augalinis)	48/3 S	90	1,31	3,81	9,3	76,74
Vanduo paskanintas obuolių sultimis	72	150	0,75	0	7,5	28,5
Viso grūdo juoda duona		30	1,68	0,33	12,99	59,7
Iš viso:			28,83	13,82	69,83	535,8

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavandeniai,g	
Kieto grūdo makaronai su kietuoju sūriu (tausojantis)	M008/1	150/28	16,48	11,67	50,83	373,51
Erškėtuogių arbata be cukraus	60	150	0	0	0	0
Iš viso:			16,48	11,67	50,83	373,51
Iš viso (dienos davinio):			55,8	40,12	161,75	1245,15

Maitinimo organizatorė

Raisa Ivanova

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIS-DARŽELIS "GINTARĖLIS"

TVIRTINU
Direktorė

Aušra Šileikienė

Pirma savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8.05 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavandeniai,g	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu	11K/1	200	6,77	6,49	29,32	204,92
Natūralus jogurtas		125	3,5	3,1	11,8	94
Vaisių lėkštelė (bananas)		140	2,1	0,14	29,4	124,6
Arbatžolių arbata (juodoji)	58/1	150	0	0	0	0
Iš viso:			12,37	9,73	70,52	423,52

Pietūs 11.00 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavandeniai,g	
Špinatų sriuba (tausojojantis, augalinis)	23/1 Sr	150	1,5	1,53	9,84	59,14
Kiaulienos guliašas su moliūgu ir kieto grūdo makaronais (tausojojantis)	24/2K; 46GAR	70/90	23,78	12,02	34,33	330,67
Šviežių daržovių salotos (paprika, pomidorai, agurkai) su šalto spaudimo aliejaus užpilu (augalinis, tausojantis)	S 007	80	0,87	3,28	4,34	49,62
Džiovintų vaisių gėrimas	01 G	200	0,24	0,09	4,82	21,06
Viso grūdo juoda duona		25	1,4	0,27	10,82	49,75
Iš viso:			27,79	17,19	64,15	510,24

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavandeniai,g	
Kepti varškėčiai su grietine 30%	V003	100/20	15,38	14,79	20,4	273,78
Vaisinė arbata be cukraus	60	150	0	0	0	0
Sezoniniai vaisiai		50	6,15	0,15	15,1	95
Iš viso:			21,53	14,94	35,5	368,78
Iš viso (dienos davinio):			61,69	41,86	170,17	1302,54

Maitinimo organizatorė

Raisa Ivanova

r

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIS-DARŽELIS "GINTARĖLIS"

TVIRTINU
Direktorė

Aušra Šileikienė

Pirma savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 8.05 val

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavan	
Avižinių dribsnių košė su šilauogėmis	12K	175/25	6,93	6,73	24,24	179,55
Nesaldinta arbata (žalioji)	60	150	0	0	0	0
Sūris Pik-nik arba mocarela		20	5,34	4	0,08	69
Vaisių lėkštelė (kivi)		150	1,5	1,5	19,5	96
Iš viso:			13,77	12,23	43,82	344,55

Pietūs 11.00 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavan	
Žirnių sriuba su bulvėmis (tausojantis) augalinis	17SRA	150	4,11	1,19	12,27	84,21
Troškinta kalakutienos filė su morkomis ir šparaginėmis pupelėmis (tausojantis) su griukų koše ir sviestu	25/3 K 45 Gar	140/90	21,8	16,16	40,1	356,77
Šviežių agurkų salotos su krapais	47/1 S	90	0,74	3,17	2,16	40,16
Šaldytų uogų gėrimas be cukraus	65/1	150	0,2	0,15	2,8	10,92
Viso grūdo juoda duona		30	1,68	0,33	12,99	59,7
Iš viso:			28,53	21	70,32	551,76

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavan	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	82/1 SR	170	6,42	6,62	21,89	172,8
Vaisinė arbata be cukraus	60	150	0	0	0	0
Sveikuoliški sausainiai su sėklomis		40	5,16	7,68	18,28	201
Iš viso:			11,58	14,3	40,17	373,8
Iš viso (dienos davinio):			53,88	47,53	154,31	1270,11

Maitinimo organizatorė

Raisa Ivanova

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIS-DARŽELIS "GINTARĖLIS"

TVIRTINU

Direktorė

Aušra Šileikienė

Pirma savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.05 val

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavandeniai,g	
Dviejų javų kruopų košė su sviestu	10K	200	6,39	6,36	27,04	171,74
Viso grūdo duonos sumuštinis su sviestu, fermentiniu sūriu, pomidorais ir agurkais	U 019	20/3/10/5/5	4,03	5,32	10,88	107,53
Arbatžolių arbata su citrina	59	150	0,03	0	0,45	1,55
Vaisių lėkštelė (kriaušė)		150	0,6	0,45	14,25	63
Iš viso:			11,05	12,13	52,62	343,82

Pietūs 11.00 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavandeniai,g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis	Sr 003	150	1,42	2,29	11,03	70,37
Orkaitėje keptas žuvies maltinukas su bulvių koše	24/2K; Gr 012	80/100	22,37	16,9	24,38	311,67
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais ir aliejaus užpilu (augalinis, tausojantis)	52/1 S	90	1,83	2,25	9,21	73,41
Vanduo paskanintas apelsinu	71	150	0,1	0	0,9	4,5
Viso grūdo juoda duona		25	1,4	0,27	10,82	49,75
Iš viso:			27,12	21,71	56,34	509,7

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavandeniai,g	
Faršo ir ryžių ežiukai	K 005	95 gr	19,42	5,29	2,89	160,28
Trintų pomidorų padažas	39 PA	20	0,3	1,91	2,24	29,85
Viso grūdo juoda duona		25	1,4	0,27	10,82	49,75
Šviežias agurkas		50	0,28	0	0,76	3,64
Arbatžolių arbata su citrina	59	150	0,04	0	0,5	1,62
Sezoniniai vaisiai		120	0,8	0,9	23,5	92
Iš viso:			22,24	8,37	40,71	337,14
Iš viso (dienos davinio):			60,41	42,21	149,67	1190,66

Maitinimo organizatorė

Raisa Ivanova

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIS-DARŽELIS "GINTARĖLIS"

TVIRTINU
Direktorė

Aušra Šileikienė

Pirma savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8.05 val

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavandeniai,g	
Sorų kruopų košė su sviestu	4 K	200	7,58	7,02	26,47	195,52
Varškė su jogurtu ir cukrumi	74/1 D	85	13,36	7,59	9,02	157,81
Arbatžolių arbata	58	150	0	0	0	0
Vaisių lėkštelė (melionas)		150	0,6	0,15	14,7	58,3
Iš viso:			21,54	14,76	50,19	411,63

Pietūs 11.00 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	21 SR	150	2,49	2,88	7,248	74,5
Jautienos ir kiaulienos maltinukas su ryžių kruopomis (tausojantis) ir trintų pomidorų padažu (augalinis, tausojantis)	33/2K; 44GAR;39 P	70/90/20	22,23	14,17	37,81	325,7
Morkų obuolių salotos	48/1 S	80	0,46	4,07	10,92	83,4
Džiovintų vaisių gėrimas	01 G	200	0,24	0,09	4,82	18,4
Viso grūdo juoda duona		25	1,4	0,27	10,82	49,75
Iš viso:			26,82	21,12	71,618	551,75

Vakarienė 15.00 val.

Patiekalo pavadinimas	RP. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė
			Baltymai,g	Riebalai,g	Angliavan	
Kietojo grūdo miltų bandelė su dešrele	K 91	70 g	9,57	13,11	35,1	287,21
Arbatžolių arbata	59	150	0,04	0	0,5	1,62
Sezoniniai vaisiai		120	0,8	0,9	23,5	82
Iš viso:			10,41	14,01	59,1	370,83
Iš viso (dienos davinio):			58,77	49,89	180,908	1334,21

Maitinimo organizatorė

Raisa Ivanova