

## Druskininkų lopšelis - darželis „Žibutė“

Vytauto g. 24A, Druskininkai

(įstaigos pavadinimas, adresas)

### 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

1-3

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 07:30 iki 18:00 val.

Druskininkų lopšelis - darželis „Žibutė" (Dokumentas: 1-3 m. (šaltasis sezonas))

Direktorė, Rasa Vaisietienė

**1 Savaitė, Pirmadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-05	150.00	5.84	3.87	31.49	184
Trinta varškytė su jogurtu ir uogomis ( <b>P, Br</b> ) <sup>*</sup>	U-51	50.00	5.56	3.17	4.50	69
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			11.40	7.24	45.89	294

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su daržovėmis (tausojantis) (augalinis) ( <b>SA, Mor</b> ) <sup>*</sup>	Sr-656	150.00	5.45	3.38	20.73	135
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Kalakutiena su ryžiais (tausojantis) ( <b>Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	K-5	100.00	13.41	5.33	14.96	161
Kopūstų salotos (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-4	40.00	0.59	1.68	3.61	32
Agurkas (augalinis)	SAL-10	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.30	1
Iš viso:			21.59	11.11	52.15	395

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-19	100.00	6.74	7.61	38.86	251
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	20.00	0.14	0.06	2.44	11
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0.00	0.10	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			7.76	8.53	47.19	297
Iš viso (dienos davinio):			40.75	26.88	145.23	986

**\* Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai

**1 Savaitė, Antradienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-02	150.00	9.33	4.53	25.99	182
Viso grūdo batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu ( <b>G, P, PP, KP</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-45	38.00	5.03	6.78	11.82	128
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			14.36	11.45	44.74	339

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis) ( <b>SA, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-418	150.00	3.73	3.39	20.23	126
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Garintas vištienos kukulis (tausojantis) ( <b>G, K, P, PP, KP</b> ) <sup>*</sup>	K-15	60.00	11.60	6.58	4.55	124
Virti makaronai (tausojantis) ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	GAR-8	60.00	2.65	0.30	18.90	89
Morkų salotos su česnakais (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-7	40.00	0.48	2.08	3.87	36
Pomidoras (augalinis) ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	SAL-12	40.00	0.40	0.08	1.64	9
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Iš viso:			20.82	14.58	61.37	460

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-26	110.00	13.77	6.87	28.29	230
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-1	20.00	0.48	6.00	0.62	58
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	50.00	0.00	0.10	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			14.25	12.97	33.86	309
Iš viso (dienos davinio):			49.43	39.00	139.97	1109

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų

**1 Savaitė, Trečiadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su bananais ir sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-09	150.00	6.09	5.80	27.06	185
Viso grūdo batonas su sviestu ir varškės sūriu ( <b>G, P, PP, KP</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-4	40.00	4.21	5.08	13.01	115
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			10.30	11.02	47.00	328

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su daržovėmis (tausojantis)(augalinis) ( <b>SA, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-89	150.00	1.72	3.19	10.59	78
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Garintas kiaulienos ir jautienos maltinukas (tausojantis) ( <b>G, K, PP, KP</b> ) <sup>*</sup>	K-1048	60.00	14.00	8.11	2.96	141
Virtos perlinės kruopos su daržovėmis (tausojantis, augalinis) ( <b>G, Mor</b> ) <sup>*</sup>	Gar-5	60.00	2.16	0.44	18.06	85
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	UŽK_09	30.00	0.87	0.18	6.60	32
Garintos daržovės (augalinis, tausojantis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	GAR-5	40.00	0.82	0.27	1.97	14
Vanduo su apelsinu	ŽIB-GĖR-5	150.00	0.03	0.01	0.36	2
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			21.40	13.03	62.07	451

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Naminis kibinas su kiauliena (tausojantis). ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-1044	70.00	8.29	11.77	28.27	252
Agurkas (augalinis)	SAL-10	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			8.61	11.85	29.19	258
Iš viso (dienos davinio):			40.31	35.90	138.26	1037

<sup>\*</sup> **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų

**1 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu ir cinamonu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ_04	150.00	5.31	3.75	26.45	161
Sūrio lazdelė ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-16	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			10.65	8.05	33.45	249

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopos (tausojantis, augalinis) ( <b>G, SA, Mor</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-2	150.00	2.31	2.31	18.01	102
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Garintas kiaulienos maltinukas (tausojantis) ( <b>G, K, P, PP, KP</b> ) <sup>*</sup>	K-8	60.00	13.30	6.03	3.37	121
Virti griekiai (tausojantis, augalinis)	GAR-68	60.00	4.21	0.67	13.03	75
Paprikos lazdelės (augalinis) ( <b>Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-11	40.00	0.52	0.20	2.64	14
Pekino kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais (augalinis)	SAL-224	40.00	0.58	3.34	2.76	43
Natūralios obuolių sultys ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	GĖR-8	100.00	0.10	0.10	10.00	41
Iš viso:			22.82	13.28	61.44	457

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su vištiena (tausojantis) ( <b>G, P, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	K-48	140.00	10.73	6.72	33.47	237
Tarkuotas fermentinis sūris ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	K-853	10.00	2.70	2.60	0.00	34
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	80.00	0.00	0.16	7.92	33
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			13.43	9.48	41.39	305
Iš viso (dienos davinio):			46.90	30.81	136.28	1010

**\* Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, Pap - Paprikos ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų

**1 Savaitė, Penktadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
5 grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-01	150.00	5.59	4.20	27.38	170
Jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-9	125.00	3.50	3.13	11.38	88
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	10.00	0.07	0.03	1.22	5
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			9.16	7.50	46.91	292

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronų sriuba su daržovėmis (tausojantis)(augalinis) ( <b>G, SA, Mor</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-4299	150.00	2.06	3.27	14.25	95
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Orkaitėje kepta lašišos filė (tausojantis) ( <b>Ž</b> ) <sup>*</sup>	Kr-81	60.00	14.41	12.20	0.65	170
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-2	60.00	1.41	1.95	10.19	64
Garintas brokolis (augalinis, tausojantis)	GAR-3	40.00	1.06	0.18	0.38	7
Burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)	SAL-3	50.00	0.84	2.56	5.01	46
Vanduo su džiovintu vaisiumi	ŽIB-GĖR-6	150.00	0.15	0.02	3.95	17
Iš viso:			21.73	20.81	46.06	458

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-308	100.00	16.34	11.83	16.71	239
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	20.00	0.14	0.06	2.44	11
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			17.36	12.79	27.02	293
Iš viso (dienos davinio):			48.25	41.10	119.99	1043

**\* Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai

**2 Savaitė, Pirmadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sorų košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> )*	KOŠ-07	150.00	6.01	6.04	29.09	195
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> )*	PAD-2	10.00	0.07	0.03	1.22	5
Viso grūdo batonas su trinta varške ( <b>G, P, PP, KP</b> )*	U-12	32.00	2.44	1.25	13.13	74
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> )*	UŽK-03	50.00	0.00	0.10	4.95	21
Iš viso:			8.52	7.42	48.39	294

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis) ( <b>G, SA, Mor</b> )*	ŽIB-SR-14	150.00	2.54	3.41	19.77	120
Viso grūdo duona ( <b>G</b> )*	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Vištienos blauzdelės be odos (tausojantis)	Kr-2	100.00	13.39	6.05	3.47	122
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	60.00	1.90	0.09	16.52	74
Pjaustyta cukinija (augalinis)	SAL-13	30.00	0.36	0.03	1.02	6
Kopūstų salotos su obuoliais, pomidorais ir morkomis (augalinis) ( <b>O, Mor, Pom</b> )*	Sal-2	40.00	0.48	3.28	2.71	42
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> )*	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			20.51	13.71	65.41	467

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Dešrelės (tausojantis) ( <b>P, PP</b> )*	K_12	60.00	4.74	14.88	3.18	166
Virti griekiai (tausojantis, augalinis)	GAR-68	50.00	3.51	0.56	10.86	63
Pomidorų padažas ( <b>Pom</b> )*	PAD-5	20.00	0.24	0.00	5.60	23
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	UŽK_09	30.00	0.87	0.18	6.60	32
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> )*	SAL-26	30.00	0.30	0.36	2.61	15
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			9.66	15.98	28.85	298
Iš viso (dienos davinio):			38.69	37.11	142.65	1059

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų

**2 Savaitė, Antradienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis) (K, P)*	K-20	80.00	10.21	11.24	3.06	154
Viso grūdo duona (G)*	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Konservuoti žirneliai (augalinis)	Sal-5	30.00	1.47	0.06	4.74	25
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			13.48	12.13	29.33	280

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su daržovėmis (tausojantis)(augalinis) (SA, Mor, Pom)*	ŽIB-SR-366	150.00	1.73	3.15	13.69	90
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona (G)*	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Troškinta vištiena (tausojantis) (G, P, SA, Mor)*	K-108	70.00	14.87	8.86	2.24	148
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis) (P)*	GAR-10	70.00	1.46	1.52	13.25	73
Morkų salotos su česnaku (augalinis) (Mor)*	SAL-7	40.00	0.48	2.08	3.87	36
Garintos daržovės (augalinis, tausojantis) (Mor)*	GAR-5	40.00	0.82	0.27	1.97	14
Vanduo su citrina	ŽIB-GĖR-03	150.00	0.02	0.01	0.30	1
Iš viso:			21.30	18.02	47.11	436

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kefyriniai blynėliai (G, K, P)*	K-16	100.00	7.07	9.68	44.15	292
Trintų uogų užpilas (augalinis) (Br)*	PAD-2	20.00	0.14	0.06	2.44	11
Obuoliai (augalinis) (O)*	UŽK-03	50.00	0.00	0.10	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			7.21	9.84	51.54	324
Iš viso (dienos davinio):			41.99	39.99	127.98	1040

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai



**2 Savaitė, Trečiadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> )*	KOŠ-03	150.00	2.83	4.02	24.14	144
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> )*	PAD-2	10.00	0.07	0.03	1.22	5
Trinta varškytė su bananu ( <b>P</b> )*	U-54	50.00	4.89	2.77	4.85	64
Viso grūdo batonas ( <b>G, PP, KP</b> )*	UŽK_16	20.00	0.96	0.40	11.80	55
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			8.75	7.36	48.94	297

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su daržovėmis (tausojantis)(augalinis) ( <b>SA, Mor</b> )*	ŽIB-077	150.00	1.56	2.32	11.79	74
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> )*	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona ( <b>G</b> )*	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Garintas kiaulienos maltinukas (tausojantis) ( <b>G, K, P, PP, KP</b> )*	K-8	60.00	13.30	6.03	3.37	121
Virtos perlinės kruopos su daržovėmis (tausojantis, augalinis) ( <b>G, Mor</b> )*	Gar-5	60.00	2.16	0.44	18.06	85
Kopūstų salotos (augalinis) ( <b>Mor</b> )*	SAL-4	40.00	0.59	1.68	3.61	32
Garintos šparaginės pupelės (augalinis, tausojantis)	SAL-17	40.00	0.88	0.14	3.34	18
Vanduo su džiovintu vaisiumi	ŽIB-GĖR-6	150.00	0.15	0.02	3.95	17
Iš viso:			20.56	12.76	55.91	421

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> )*	K-26	110.00	13.77	6.87	28.29	230
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> )*	PAD-1	20.00	0.48	6.00	0.62	58
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> )*	UŽK-03	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			14.25	13.01	35.84	317
Iš viso (dienos davinio):			43.56	33.13	140.69	1035

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų

Druskininkų lopšelis - darželis „Žibutė" (Dokumentas: 1-3 m. (šaltasis sezonas))

Direktorė, Rasa Vaisietienė

## 2 Savaitė, Ketvirtadienis

### Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Spelta kviečių dribsnių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-08	150.00	5.66	3.59	27.89	167
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	10.00	0.07	0.03	1.22	5
Sūrio lazdelė ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-16	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			11.07	7.98	39.08	272

### Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis) ( <b>SA, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-221	150.00	2.43	3.25	14.14	96
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Makaronai su malta jautiena (tausojantis) ( <b>G, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	K-9	90.00	9.28	5.48	23.75	181
Tarkuotas fermentinis sūris ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	K-853	10.00	2.70	2.60	0.00	34
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-26	40.00	0.40	0.48	3.48	20
Pekino kopūstų salotos su paprikomis, pomidorais (augalinis) ( <b>Pom, Pap</b> ) <sup>*</sup>	SAL-227	40.00	0.50	3.33	1.94	40
Vanduo su apelsinu	ŽIB-GĖR-5	150.00	0.03	0.01	0.36	2
Iš viso:			17.26	17.28	55.46	446

### Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Konvekciniėje krosnyje keptos bulvių skiltelės (tausojantis)	K-17	140.00	3.45	6.00	30.59	190
Pomidorų padažas ( <b>Pom</b> ) <sup>*</sup>	PAD-5	15.00	0.18	0.00	4.20	18
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	80.00	0.00	0.16	7.92	33
Kefyras 2,5%rieb. ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GĖR-5	150.00	5.10	3.75	7.35	84
Iš viso:			8.73	9.91	50.06	324
Iš viso (dienos davinio):			37.06	35.17	144.60	1043

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, Pap - Paprikos ir jų produktai

**2 Savaitė, Penktadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu ir cinamonu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ_04	150.00	5.31	3.75	26.45	161
Viso grūdo duona su sviestu ir virtu kiaušiniu ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-8	48.00	4.54	5.43	10.20	108
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			9.85	9.38	46.55	310

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis) ( <b>SA, Mor</b> ) <sup>*</sup>	Sr-6	150.00	1.66	3.18	13.06	88
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Garinti menkės kukuliai (tausojantis) ( <b>G, Ž, K, Mor, PP, KP</b> ) <sup>*</sup>	K-11	60.00	11.53	3.66	4.98	99
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-2	60.00	1.41	1.95	10.19	64
Agurkas (augalinis)	SAL-10	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Burokėlių salotos žirneliais (augalinis,tausojantis)	SAL-2	40.00	0.87	2.45	4.24	42
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Iš viso:			17.75	13.47	45.57	375

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	K-22	150.00	5.40	4.23	22.05	148
Bandelė ( <b>G, PP, KP</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-14	30.00	2.40	1.92	18.60	101
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			7.80	6.29	47.58	278
Iš viso (dienos davinio):			35.40	29.14	139.70	963

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų

**3 Savaitė, Pirmadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ-05	150.00	5.84	3.87	31.49	184
Viso grūdo batonas su sviestu ir varškės sūriu ( <b>G, P, PP, KP</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-4	42.00	4.42	5.34	13.66	120
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	60.00	0.00	0.12	5.94	25
Iš viso:			10.26	9.33	51.09	329

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raugonųjų lęšių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis) ( <b>SA, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	Sr-5	150.00	6.14	4.37	21.53	150
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Garintas kalakutienos kukulis (tausojantis) ( <b>G, K, P, PP, KP</b> ) <sup>*</sup>	K-28	60.00	11.86	4.54	3.04	100
Virti makaronai (tausojantis) ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	GAR-8	60.00	2.65	0.30	18.90	89
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-26	40.00	0.40	0.48	3.48	20
Kopūstų salotos (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-4	40.00	0.59	1.68	3.61	32
Vanduo su džiovintu vaisiumi	ŽIB-GĖR-6	150.00	0.15	0.02	3.95	17
Iš viso:			23.71	13.52	66.30	482

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis) ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-308	100.00	16.34	11.83	16.71	239
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	20.00	0.14	0.06	2.44	11
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			17.36	12.79	27.02	293
Iš viso (dienos davinio):			51.33	35.64	144.41	1104

**\* Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų

**3 Savaitė, Antradienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	KOŠ_06	140.00	4.60	3.62	29.48	169
Viso grūdo batonas su lydytu sūreliu (G, P, PP, KP)*	UŽK-15	30.00	2.06	2.31	13.09	81
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0.00	0.10	4.95	21
Iš viso:			6.66	6.03	47.52	271

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais ir miežinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis) (G, SA, Mor, Pom)*	SR-55	150.00	2.14	3.22	15.48	99
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona (G)*	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Bulvių plokštainis su kiauliena (G, K, P)*	K-1	100.00	6.32	5.51	22.83	166
Grietinė 30 % riebumo (padažui) (P)*	PAD-12	25.00	0.60	7.50	0.78	73
Agurkas (augalinis)	SAL-10	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Konservuoti kukurūzai (augalinis)	UŽK_09	40.00	1.16	0.24	8.80	42
Vanduo su braškėmis (Br)*	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Iš viso:			12.50	18.70	60.99	462

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis) (G, K, P)*	K-26	110.00	13.77	6.87	28.29	230
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-1	20.00	0.48	6.00	0.62	58
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	80.00	0.00	0.16	7.92	33
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			14.25	13.03	36.83	322
Iš viso (dienos davinio):			33.41	37.76	145.34	1055

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų

**3 Savaitė, Trečiadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu (tausojantis) (P)*	KOŠ-02	150.00	9.33	4.53	25.99	182
Sūrio lazdelė (P)*	UŽK-16	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Obuoliai (augalinis) (O)*	UŽK-03	80.00	0.00	0.16	7.92	33
Iš viso:			14.67	8.85	33.98	274

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis, augalinis) (SA, Mor)*	Sr-6	150.00	1.66	3.18	13.06	88
Grietinė 30 % riebumo (P)*	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona (G)*	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Maltas vištienos filė kukulis (tausojantis) (G, K, P, PP, KP)*	K-151	60.00	15.11	4.00	4.55	115
Virti birūs ryžiai (tausojantis)	GAR-9	60.00	1.90	0.09	16.52	74
Pekino kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais (augalinis)	SAL-224	40.00	0.58	3.34	2.76	43
Paprikos lazdelės (augalinis) (Pap)*	SAL-11	40.00	0.52	0.20	2.64	14
Natūralios obuolių sultys (O)*	GĖR-8	100.00	0.10	0.10	10.00	41
Iš viso:			21.79	13.04	61.32	450

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynėliai (G, K, P)*	K-19	100.00	6.74	7.61	38.86	251
Trintų uogų užpilas (augalinis) (Br)*	PAD-2	20.00	0.14	0.06	2.44	11
Natūralus jogurtas (P)*	PAD-3	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	50.00	0.00	0.10	4.95	21
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			7.76	8.53	47.19	297
Iš viso (dienos davinio):			44.22	30.42	142.49	1021

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pap - Paprikos ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų

**3 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis) ( <b>K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-101	80.00	8.00	9.86	2.98	133
Viso grūdo duona su sviestu ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-3	28.00	1.82	3.11	11.65	82
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SaI-5	20.00	0.98	0.04	3.16	17
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	100.00	0.00	0.20	9.90	41
Iš viso:			10.80	13.21	27.69	273

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis) (augalinis) ( <b>SA, Mor, Pom</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-177	150.00	2.37	0.25	16.77	79
Grietinė 30 % riebumo ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-1	5.00	0.12	1.50	0.16	15
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Maltas kiaulienos balandėlis su kopūstu (tausojantis) ( <b>K, Mor</b> ) <sup>*</sup>	K-1074	70.00	15.74	4.53	6.98	132
Bulvių košė su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-2	70.00	1.65	2.28	11.89	75
Morkų, obuolių salotos (augalinis) ( <b>O, Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-15	40.00	0.21	3.27	3.73	45
Agurkas (augalinis)	SAL-10	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Vanduo su braškėmis ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-GĖR-7	150.00	0.04	0.02	0.39	2
Iš viso:			22.25	12.56	52.47	412

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai ( <b>G, K, P</b> ) <sup>*</sup>	K-110	100.00	15.66	12.02	19.37	248
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	20.00	0.14	0.06	2.44	11
Natūralus jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	PAD-3	20.00	0.88	0.76	0.94	14
Obuoliai (augalinis) ( <b>O</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-03	80.00	0.00	0.16	7.92	33
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			16.68	13.00	30.67	306
Iš viso (dienos davinio):			49.73	38.77	110.83	991

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, O - Obuoliai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai

**3 Savaitė, Penktadienis**

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu ir cinamonu (tausojantis) ( <b>G, P</b> ) <sup>*</sup>	KOŠ_04	150.00	5.31	3.75	26.45	161
Jogurtas ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-9	125.00	3.50	3.13	11.38	88
Trintų uogų užpilas (augalinis) ( <b>Br</b> ) <sup>*</sup>	PAD-2	10.00	0.07	0.03	1.22	5
Žolelių arbata be cukraus	ŽIB-GĖR-2	150.00	0.00	0.00	0.00	0
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			8.88	7.05	45.98	283

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopos (tausojantis, augalinis) ( <b>G, SA, Mor</b> ) <sup>*</sup>	ŽIB-SR-2	150.00	2.31	2.31	18.01	102
Viso grūdo duona ( <b>G</b> ) <sup>*</sup>	UŽK_04	25.00	1.80	0.63	11.63	59
Garinti lydekos kukuliai (tausojantis) ( <b>G, K, Mor, PP, KP</b> ) <sup>*</sup>	K-1133	60.00	11.61	4.83	5.98	114
Virtos bulvės su sviestu (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	GAR-10	60.00	1.25	1.30	11.36	62
Apkeptos morkų lazdelės (augalinis) ( <b>Mor</b> ) <sup>*</sup>	SAL-26	40.00	0.40	0.48	3.48	20
Burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintu agurku (augalinis,tausojantis)	SAL-1	40.00	1.38	2.50	5.06	48
Vanduo su džiovintu vaisiumi	ŽIB-GĖR-6	150.00	0.15	0.02	3.95	17
Iš viso:			18.90	12.07	59.47	422

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių sriuba (tausojantis) ( <b>P</b> ) <sup>*</sup>	K-109	150.00	5.16	3.94	20.43	138
Keptas sumuštinis su fermentiniu sūriu ir dešrelėmis (tausojantis) ( <b>G, P, Pom, PP, KP</b> ) <sup>*</sup>	UŽK-139	52.00	5.34	6.48	16.20	144
Vaisiai arba uogos (augalinis)	UŽK-21	70.00	0.00	0.14	6.93	29
Iš viso:			10.50	10.56	43.56	311
Iš viso (dienos davinio):			38.28	29.68	149.01	1016

<sup>\*</sup> **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai, Br - Braškės ir jų produktai, Mor - Morkos ir jų produktai, Pom - Pomidorai ir jų produktai, PP - Gali būti pieno produktų pėdsakų, KP - Gali būti kiaušinių pėdsakų