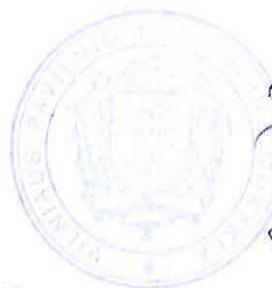


Titulinis



Sūstina:
Direktori
J. Vencaičiūnei
Vilny -
2024-08-02

UAB „KEVINTA“

VILNIAUS PAVILNIO PAGRINDINĖ MOKYKLA
J.Kolaso g.18 Vilnius

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-5m. amžiaus vaikams

Įstaigos darbo laika
Nuo 8.00 iki 17.00

Parengė:
Technologė Regina
Čėglik



Tvirtinu:
UAB "KEVINTA"
Direktorė Alvyra
Žemaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
I savaitė
PIRMADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su razinomis (tausojantis)	3-3/18TV 1N	170	5,4	5,6	49,2	268,8
Sūrio lazdelė	18/31 1	20	5,4	4,2	0,3	60,7
Morkytės	18/21 1	50	0,8	0,2	7,0	32,5
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			11,6	10,0	56,5	362,0

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/36ATGPVg 1N	150	2,9	2,1	9,6	69,1
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30	3,0	0,6	17,1	86,1
Kiaulienos kukuliai su rausvuju padažu (tausojantis)	11-7/139T 1N	70(20)	18,2	12,1	9,8	220,7
Kuskusas (augalinis) (tausojantis)	3-3/9ATPcPVVg 1N	100	3,5	1,7	20,3	111,0
Paprikų, pomidorų ir agurkų rinkinukas (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 1N	60	1,3	0,4	5,9	32,6
Vanduo su citrina	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13,0	57,2
Iš viso:			26,0	17,6	66,2	519,5

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzinis varškės pudingas su uogomis (tausojantis)	7-8/182TGV 1N	100	11,2	18,3	13,2	262,7
Aviečių ir bananų tyrė (augalinis)	15-1/9AGPVVg 1N	50	0,6	0,2	10,1	44,8
Nesaldintas jogurtas (2,5 %)	18/2 3	15	0,7	0,4	0,7	8,9
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			12,9	19,3	37,0	373,6

Direktorė
 Alina Zemaitytė

4-7 metų amžiaus grupė
I savaitė
ANTRADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/14ATPcPVVg 1N	170	4,7	7,5	36,3	231,3
Pienas (2,5 %)	18/3 2	100	2,4	1,8	3,4	39,0
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 2	50	0,3	0,3	9,1	40,0
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			8,9	14,1	62,9	414,3

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ukrainietiški barščiai (tausojantis)	1-3/35TGV 1N	150	4,0	2,6	15,7	102,4
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30	3,0	0,6	17,1	86,1
Orkaitėje keptas vištienos šlaunelių kepsnys (tausojantis)	10-8/178TG 1N	80	14,3	8,1	10,4	171,4
Bulvių košė su krapais (tausojantis)	4-3/7TGV 1N	100	1,1	1,7	8,0	51,2
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	50	1,5	0,6	7,5	41,4
Vanduo su citrina	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13,0	57,2
Iš viso:			28,7	21,4	58,2	509,7

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti bulvių ir varškės paplotėliai (tausojantis)	4-8/160TGV 1N	180	17,1	8,2	43,9	318,1
Jogurtinė grietinė (10 %)	18/7 3	15	0,5	1,5	0,6	18,2
Morkytės	18/21 1	50	0,8	0,2	7,0	32,5
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			18,4	9,9	51,5	368,7


 Alvyra Zemaitytė

4-5 metų amžiaus grupė
I savaitė
TREČIADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su aguonomis (tausojantis)	3-3/16TV 1N	150	6,3	8,5	30,3	223,0
Viso grūdo sumuštiniai su virta kalakutienu ir daržovėmis	16-1/6 2N	60	3,9	4,0	11,7	98,5
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 5	50	0,4	0,4	13,0	40,0
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			10,7	12,9	55,0	378,7

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė ryžių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/21ATGPPVg 1S	150	1,1	6,6	6,5	90,2
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30	3,0	0,6	17,1	86,1
Vištienos guliašas su morkomis (tausojantis)	10-5/100TGP 10N	100	13,0	8,9	4,4	150,0
Virti kietagrūdžių kviečių makaronai (tausojantis)	3-3/36AT	100	2,54	2,18	27,42	139,41
Burokėlių ir raugintų kopūstų salotos	2-1/7AGPPcVVg 10N	100	1,2	2,7	6,0	52,9
Vanduo su apelsinais	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13,0	57,2
Iš viso:			23,9	17,6	68,1	575,8

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės kukuliai su bananų įdaru (tausojantis)	7-3/60TV 1N	150 (130/20)	17,9	9,1	36,6	299,9
Jogurtinė grietinė (10 %)	18/7 4	20	0,7	2,0	0,9	24,2
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPPVg 1N	50	0,4	0,2	6,4	29,0
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			19,0	11,3	43,8	353,1

Dirktorė
Alyra Žemaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
I savaitė
KETVIRTADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	3-3/15TV 1N	150	4,2	5,3	36,4	210,1
Jogurtas	15-1/5V 1N	50	1,4	6,6	9,1	101,6
Varškė (9 %)	18/8 1	25	3,9	2,3	0,9	39,3
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 1	40	0,2	0,2	5,2	22,9
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			9,6	14,4	51,5	373,9

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta keptų daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/33ATGPVg 1N	150	1,2	2,7	11,6	75,8
Viso grūdo ruginė duona	18/70 2	30	2,2	0,5	12,8	64,6
Orkaitėje keptas kalakutienos filė karbonadas (tausojantis)	10-8/176TGP 1N	80	18,2	2,9	14,3	156,0
Grikliai su morkomis ir cukinija (tausojantis)	3-5/103TGVPc 1N	100	3,1	9,8	16,6	167,1
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (augalinis)	2-1/1AGPVg 1N	100	1,2	3,9	7,5	69,7
Vanduo su citrina	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	18/20 2	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Iš viso:			28,4	18,9	66,7	573,2

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Cukinijų ir bulvių plokštainis (tausojantis)	4-8/169	140	6,56	5,93	28,14	192,19
Nesaldintas jogurtas (2,5 %)	18/2 3	15	0,7	0,4	0,7	8,9
Sūrio lazdelė	18/31 1	20	5,4	4,2	0,3	60,7
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			8,9	14,9	50,7	261,8

Direktorė
Alvyra Žornaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
I savaitė
PENKTADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su sviestu (tausojantis)	3-3/10TPcV 1N	170	6,9	8,9	29,6	226,2
Bandelė su dešrele	16-1/3V 1N	50	3,5	4,5	8,5	88,5
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 4	50	0,4	0,4	11,7	40,0
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			10,8	13,7	49,8	366,2

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/20ATPVVg 1N	150	4,7	2,3	16,8	107,0
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30	3,0	0,6	17,1	86,1
Lašišos maltinukai su sūrio ir žirnelių padažu (tausojantis)	9-8/170T 1N	90 (45/45)	11,6	20,5	5,8	253,8
Birūs ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	3-3/12ATGPcPVVg 1N	60	1,5	1,2	14,8	76,1
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	100	1,5	0,6	7,5	41,4
Vanduo su braškėmis	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	40	0,2	0,2	5,2	22,9
Iš viso:			22,2	25,3	62,1	587,4

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai bananiniai blynai	6-6/135V 1N	130	9,9	12,7	43,9	329,6
Nesaldintas jogurtas (2,5 %)	18/2 2	10	0,5	0,3	0,5	5,9
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			12,7	13,5	58,3	335,6

Dirigtorė
Alyra Žomaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
II savaitė
PIRMADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Saldus ryžių pudingas (tausojantis)	3-3/7TVG 1N	150	7,8	4,3	39,0	226,1
Pik Nik sūrio lazdelės	16-8/173VPc 1N	30	4,0	4,3	15,4	116,3
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 2	50	0,3	0,3	9,1	40,0
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			12,1	8,9	63,5	382,5

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta cukinijų, porų ir pomidorų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/18ATGPVg 1N	150	1,7	7,6	5,9	98,3
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30	3,0	0,6	17,1	86,1
Garuose virti vištienos filė kukuliai su bulvių koše ir morkų bei žirnelių padažu (tausojantis)	10-2/60TG 1N	220 (70/150)/44	18,4	7,1	32,3	266,6
Virti brokoliai (augalinis) (tausojantis)	2-3/3ATGPcPVVg 1N	50	2,4	8,5	4,6	104,2
Agurkai	18/22 3	50	0,6	0,1	1,6	9,9
Sezoniniai vaisiai	18/20 4	90	0,4	0,4	11,7	51,5
Vanduo su apelsinu	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			24,7	24,1	54,7	616,6

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tradicinis varškės apkepas (tausojantis)	7-8/170TV 1N	110	15,1	18,8	14,1	286,1
Jogurtinė grietinė (10 %)	18/7 2	10	0,4	1,0	0,4	12,1
Aviečių ir bananų tyrė (augalinis)	15-1/9AGPVVg 1N	30	0,6	0,2	10,1	44,8
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			16,4	20,4	36,3	343,0

Dirkštorė
Nijta Žomaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
II savaitė
ANTRADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su sezoniniais vaisiais / uogomis (tausojantis)	3-3/11TV 1N	200	8,1	7,6	38,0	252,8
Kruasanas	17-1/1GPcV 1N	60	2,1	1,3	11,2	65,6
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 3	50	0,3	0,3	10,4	45,8
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			10,6	9,3	59,6	364,2

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skaldytų žirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	1-3/37ATGPVg 1N	150	4,1	1,6	14,6	89,5
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30	3,0	0,6	17,1	86,1
Kiaulienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	3A	150(75/75)	22,93	19,49	21,30	346,58
Orkaitėje kepti burokėliai (augalinis) (tausojantis)	4-8/1ATGPVg 1N	50	2,3	4,7	12,4	100,8
Agurkai	18/22 2	50	0,5	0,1	1,4	8,5
Vanduo su citrina	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	40	0,2	0,2	5,2	22,9
Iš viso:			21,7	18,7	73,6	654,4

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių-varškės plokštainis	6-8/161TPcPV 1N	200 (136/64)	10,4	13,0	40,7	321,3
Jogurtinė grietinė (10 %)	18/7 2	10	0,4	1,0	0,4	12,1
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			10,7	13,1	51,6	333,4

Dirktorė
Alyta Žemaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
II savaitė
TREČIADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/14ATPcPVVg 1N	170	4,7	7,5	36,3	231,3
Orkaitėje keptas viso grūdo sumuštinis	16-8/168VPc 1N	40	5,9	3,9	10,9	102,3
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 2	50	0,3	0,3	9,1	40,0
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			10,9	11,7	56,3	373,6

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rugštynių sriuba (tausojantis)	1-3/32AT	150	3,54	4,46	10,70	97,04
Konvekciniėje krosnelėje kepta su garais liesa žuvis su provanso žolelėmis (jūros lydekos filė) (tausojantis) Ž	9-7/144T	100	18,67	0,35	0,12	78,32
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/6ATGPPcVgV 1N	60	3,0	3,1	16,4	105,7
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	100	1,5	0,6	7,5	41,4
Vanduo su braškėmis	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	40	0,2	0,2	5,2	22,9
Iš viso:			21,0	30,7	44,0	345,4

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bananiniai ir obuoliniai blynėliai	6-6/128V 1N	150	9,0	12,3	45,5	328,9
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 1N	30	0,4	0,2	6,4	29,0
Jogurtinė grietinė (10 %)	18/7 2	10	0,4	1,0	0,4	12,1
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			9,9	13,7	57,5	370,0

Dirėklė
Alysa Žemaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
II savaitė
KETVIRTADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška sorų kruopų košė (tausojantis)	3-3/13TGV 1N	150	5,3	5,1	31,0	191,4
Jogurtas	16-1/2V 1N	70	4,6	6,5	12,2	125,9
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 3	50	0,3	0,3	10,4	45,8
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			10,3	12,0	53,6	363,1

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių ir pomidorų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/17ATGPVVg 1N	150	1,1	2,9	6,9	58,3
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30	3,0	0,6	17,1	86,1
Morkų ir kalakutienos troškiny	10-5/104TG 1N	130	12,8	12,9	8,6	201,1
Biri perlinių kruopų košė su sviestu (82%)(tausojantis)	3-3/51T	110	3,8	1,6	29,0	145,3
Agurkai	18/22 5	50	0,8	0,2	2,3	14,2
Pomidorai	18/23 4	50	0,8	0,2	3,3	17,8
Vanduo su apelsinu	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	18/20 2	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Iš viso:			21,2	23,8	57,3	562,8

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti viso grūdo varškėčiai su aguonomis (tausojantis)	7-8/167TV 1N	120	22,3	14,3	28,4	331,2
Uogų ir bananų tyrė (augalinis)	15-1/8APcVVgGP 1N	30	0,6	0,2	9,6	42,8
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			23,2	14,7	47,1	374,0

Dirktorė
Alysa Žemaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
II savaitė
PENKTADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė su aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/19ATPcV 1N	150	6,1	9,0	26,1	209,2
Bandelė su cinamonu	16-1/7V 1N	40	3,0	4,1	7,8	80,0
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 4	50	0,4	0,4	11,7	51,5
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			11,6	13,8	54,3	387,4

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų agurkų su perlinėmis kruopomis sriuba (tausojantis)	1-3/29TV 1N	150	1,4	3,0	11,5	78,2
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30	3,0	0,6	17,1	86,1
Traškios vištienos blauzdelės (tausojantis)	10-8/162TGP 1N	90	20,8	5,8	5,0	155,1
Traškios bulvytės (augalinis) (tausojantis)	4-8/166ATGPVvg 1N	80	1,8	4,5	16,6	114,7
Konservuoti žirnėliai	18/77 1	50	2,5	0,1	7,9	42,3
Troškinti burokėliai (augalinis)	4-5/5ATGPVvg 1N	50	1,3	4,6	7,0	74,3
Vanduo su citrina	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	18/20 2	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Iš viso:			31,7	19,9	64,0	590,7

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su daržovėmis (porais, cukinijomis, morkomis) ir dešrelėmis	6-5/101T 1N	200 (92/108)	8,3	17,4	28,6	304,3
Sūrio lazdelė	18/31 1	20	5,4	4,2	0,3	60,7
Agurkai	18/22 3	50	0,6	0,1	1,6	9,9
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			14,3	21,7	30,5	374,9

Dirktorė
V. J. ra Žemaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
III savaitė
PIRMADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/6ATGPPcVgV 2N	150	7,5	7,8	41,1	264,4
Braškėnis kefyro kokteilis	17-1/3GV 1N	100	2,2	1,5	12,5	72,2
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 3	80	0,3	0,3	10,4	45,8
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			10,0	9,6	64,0	382,3

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta kukurūzinė sriuba su sūriu (tausojantis)	1-3/34TGV 1N	150	4,8	7,1	15,1	143,3
Viso grūdo ruginė duona	18/70 4	30	3,7	0,8	21,4	107,6
Vištienos šlaunelės kokosų kreme (tausojantis)	10-8/166TPG 1N	100 (80/20)	16,3	16,1	1,3	216,0
Ryžių ir daržovių mišrainė (augalinis)	2-1/15AGPcPVVg 1N	120	2,8	2,6	24,8	133,8
Agurkai	18/22 5	50	0,8	0,2	2,3	14,2
Vanduo su citrina	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			25,8	21,8	56,9	615,0

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Aguoniniai sklandžiai	6-6/131V 1N	100	9,7	9,3	35,1	262,6
Jogurtinė grietinė (10 %)	18/7 2	10	0,4	1,0	0,4	12,1
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 1N	30	0,4	0,2	6,4	29,0
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			12,2	11,9	56,9	303,7

Dirktorė
Alyra Žomaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
III savaitė

ANTRADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų rizotas (tausojantis)	3-3/8TPcV 1N	150	8,1	10,0	30,9	246,0
Tradicinė Bandelė	16-8/180V 1N	30	3,0	2,3	14,6	91,5
Agurkai	18/22 1	50	0,4	0,1	1,2	7,1
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			14,2	14,0	48,3	375,9

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avinžirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/32ATGPVg 1N	150	2,0	4,8	7,8	82,8
Viso grūdo ruginė duona	18/70 4	30	3,7	0,8	21,4	107,6
Švediški jautienos kukuliai (tausojantis)	12-8/1T 1N	100	18,1	13,1	9,1	226,4
Bulvių košė su krapais (tausojantis)	80,0	100	1,1	1,7	8,0	51,2
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (augalinis)	14,3	100	1,2	3,9	7,5	69,7
Vanduo su braškėmis	8,1	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,4	0,4	13,0	57,2
Iš viso:			26,1	24,3	53,8	594,9

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti orkaitėje virtų bulvių kotletai su kalakutienos mėsos įdaru (tausojantis)	51A	100/50	11,27	13,51	33,66	296,75
Grietinė 30% P	14P	30	0,08	3,60	7,50	39,00
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			16,4	11,5	49,5	335,8

Dirigtorė
Alvyra Žemaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
III savaitė
TREČIADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanilinis kukurūzų pudingas (tausojantis)	3-3/4TGV 1N	170	6,1	5,8	34,4	213,9
Viso grūdo sumuštiniai su virta kalakutiena ir daržovėmis	16-1/6 1N	70	4,6	4,7	13,7	114,9
Morkytės	18/21 1	50	0,8	0,2	7,0	32,5
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			11,5	10,6	55,0	361,2

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta daržovių sriuba su pupelėmis ir bulguru (tausojantis) (augalinis)	1-3/28ATPvVg 1N	150	3,7	1,8	15,5	93,5
Viso grūdo ruginė duona	18/70 4	30	3,7	0,8	21,4	107,6
Kreminė vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis)	10-8/165TG 1N	150	23,6	12,9	4,5	228,9
Birūs ryžiai su ciberžole (augalinis)	3-3/12ATGPcPVVg 2N	100	2,4	2,0	24,7	126,9
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 1N	100	1,3	0,4	5,9	32,6
Vanduo su apelsinu	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	18/20 3	80	0,3	0,3	10,4	45,8
Iš viso:			30,2	19,0	57,1	635,2

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tradiciniai virti varškėčiai su grietinėlės ir sviesto padažu (tausojantis)	7-3/61TV 1N	110/22	15,3	21,3	27,2	361,2
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			15,6	21,6	37,6	361,2

Direktorė
 Alvyra Žomaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
III savaitė

KETVIRTADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kokosinė avižinių dribsnių košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/17ATPVVg 1N	130	5,0	13,7	27,3	252,1
Bandelė su cinamonu	16-8/169V 1N	40	6,4	3,2	14,1	110,8
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 2	50	0,3	0,3	9,1	40,0
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			11,7	17,1	50,5	402,9

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT	150	1,43	3,14	10,68	76,72
Viso grūdo ruginė duona	18/70 4	30	3,7	0,8	21,4	107,6
Viso grūdo makaronai su kalakutiena (tausojantis)	6-5/100TP 1N	220 (116/104)	16,3	6,8	39,1	283,2
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	100	1,5	0,6	7,5	41,4
Sezoniniai vaisiai	18/20 2	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Vanduo su citrina	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			24,3	15,4	72,1	549,0

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti viso grūdo varškėčiai su aguonomis	7-8/167TV 10N	100	18,6	11,9	23,7	276,0
Jogurtinė grietinė (10 %)	18/7 2	10	0,4	1,0	0,4	12,1
Braškių uogienė	18/15 1	25	0,1	0,0	12,5	50,4
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			20,2	19,7	34,3	338,5

Dirklorė
Alyra Žemaitienė

4-5 metų amžiaus grupė
III savaitė
PENKTADIENIS



UAB KEVINTA



Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su sezoniniais vaisiais / uogomis (tausojantis)	3-3/11TV 2N	150	6,1	5,7	28,5	189,6
Mielinės bandelės su aguonomis	16-8/163V 1N	40	4,5	7,4	13,7	139,1
Sezoniniai vaisiai ir uogos	18/20 4	50	0,4	0,4	11,7	51,5
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			10,9	13,4	53,9	380,2

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronų sriuba su kalafiorais (tausojantis)	1-3/30T 1N	150	2,1	2,1	7,0	55,6
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	30	1,5	0,3	8,6	43,0
Šilkiniai menkės kukuliai sūrio padaže (tausojantis)	9-8/167T 1N	100 (90/10)	16,2	9,8	7,5	182,7
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/6ATGPPcVgV 1N	60	3,0	3,1	16,4	105,7
Morkų ir obuolių salotos (augalinis)	2-1/10AGPPcVVg 1N	100	2,2	4,2	11,4	92,4
Sezoniniai vaisiai	18/20 2	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Vanduo su apelsinu	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			26,3	20,9	62,8	519,5

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu	6-5/101T	150	7,76	9,09	34,48	250,80
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė	2-1/13AGPPcVVg 1N	100	1,30	0,40	5,90	32,60
Vanduo/ arbata	17-101	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			16,4	11,5	49,5	283,4

Dirktorė
A. Jurga Žemaitienė