

Kauno lopšelis – darželis „Spindulėlis“, Kalniečių g. 245A, Kaunas

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programos vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

# 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

## 4-7 m.

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 7<sup>00</sup> iki 19<sup>00</sup> val.



Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
Direktore  
Dovilė Velmunske

2023-10-19

| 1 savaitė  |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Pirmadienis  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| <b>Pusryčiai 08:30 val.</b>  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška (2,5 proc.rieb.) manų košė su sviestu (82 proc.rieb.) ir uogiene (tausojantis)                                | 31373   | 200/20 | 5,52                                | 4,55         | 37,69           | 213,83                |
| Duona su lydytu tepamu (50 proc.rieb.) sūriu   | 16936   | 25/20  | 3,45                                | 4,69         | 12,68           | 106,71                |
| Obuoliai   | 63124   | 140    | 0,56                                | 0,00         | 13,86           | 57,68                 |
| Nesaldinta vaistažolių arbata  | 25368   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>9,53</b>                         | <b>9,24</b>  | <b>64,23</b>    | <b>378,23</b>         |
| <b>Pietūs 12:00 val.</b>   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Daržovių (kopūstų, morkų, bulvių, žaliųjų žirnelių) sriuba (augalinis) (tausojantis)                                   | 65543   | 150    | 2,38                                | 2,20         | 10,58           | 71,61                 |
| Ruginė duona   | 18384   | 20     | 1,22                                | 0,20         | 9,12            | 43,16                 |
| Kiaulienos guliašas (tausojantis)  | 30838   | 110    | 18,47                               | 16,30        | 6,62            | 247,03                |
| Bulvių košė (tausojantis)  | 21777   | 90     | 1,97                                | 2,73         | 17,52           | 102,53                |
| Kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)   | 71962   | 90     | 1,04                                | 2,78         | 6,49            | 55,07                 |
| Agurkų lazdelės  | 71960   | 60     | 0,42                                | 0,00         | 1,68            | 8,40                  |
| Vanduo, paskanintas apelsiniais  | 25373   | 150    | 0,06                                | 0,01         | 0,82            | 3,59                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>25,55</b>                        | <b>24,21</b> | <b>52,82</b>    | <b>531,40</b>         |
| <b>Vakarienė 15:30 val.</b>  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškės (9 proc.rieb.) apkepas su ryžiais, praturtintas avižų sėlenomis ir pagardintas migdolų drožlėmis (tausojantis) | 18995   | 140    | 18,27                               | 12,78        | 28,85           | 303,48                |
| Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)  | 22195   | 15     | 0,11                                | 0,06         | 1,81            | 8,18                  |
| Nesaldinta vaisinė žolelių arbata  | 25371   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>18,37</b>                        | <b>12,84</b> | <b>30,66</b>    | <b>311,67</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>   |         |        | <b>53,45</b>                        | <b>46,29</b> | <b>147,71</b>   | <b>1 221,30</b>       |

| 1 savaitė   |         |            |                                     |              |                 |                       |
|---|---------|------------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Antradienis   |         |            |                                     |              |                 |                       |
| Pusryčiai 08:30 val.  |         |            |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga     | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |            | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Miežinių kruopų košė (tausojantis)  | 31374   | 200        | 5,99                                | 5,21         | 34,14           | 207,45                |
| Duonos sumuštinis su sviestu (82 proc.rieb.), virta dešra (a/r) ir agurku (tausojantis) | 16937   | 30/6/18/20 | 3,61                                | 9,01         | 14,95           | 155,30                |
| Nesaldinta kmynų arbata   | 25369   | 150        | 0,30                                | 0,22         | 0,75            | 6,14                  |
| Iš viso maitinimui:   |         |            | <b>9,89</b>                         | <b>14,44</b> | <b>49,84</b>    | <b>368,89</b>         |
| Pietūs 12:00 val.   |         |            |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga     | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |            | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojantis)   | 65544   | 150        | 1,75                                | 2,16         | 11,24           | 71,39                 |
| Batono skrebutis  | 16938   | 20         | 1,50                                | 0,38         | 10,06           | 49,66                 |
| Kiauliena su troškintais kopūstais (tausojantis)  | 16397   | 75/75      | 18,50                               | 18,94        | 5,60            | 266,89                |
| Bulvės  | 9351    | 80         | 1,60                                | 0,08         | 15,76           | 70,16                 |
| Daržovių (aisbergo salota, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi            | 71963   | 90         | 0,80                                | 2,86         | 3,48            | 42,85                 |
| Vanduo, paskanintas apelsiniais   | 25373   | 150        | 0,06                                | 0,01         | 0,82            | 3,59                  |
| Obuoliai  | 5090    | 100        | 0,40                                | 0,00         | 9,90            | 41,20                 |
| Iš viso maitinimui:   |         |            | <b>24,62</b>                        | <b>24,43</b> | <b>56,86</b>    | <b>545,75</b>         |
| Vakarienė 15:30 val.  |         |            |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga     | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |            | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Blynai su obuoliais   | 17735   | 120        | 7,50                                | 7,50         | 49,83           | 296,82                |
| Pienas (2,5 proc.rieb.)   | 25376   | 120        | 3,36                                | 3,00         | 5,64            | 63,00                 |
| Iš viso maitinimui:   |         |            | <b>10,86</b>                        | <b>10,50</b> | <b>55,47</b>    | <b>359,82</b>         |
| Iš viso dienai:   |         |            | <b>45,37</b>                        | <b>49,37</b> | <b>162,17</b>   | <b>1 274,46</b>       |


 Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
 Direktore  
 Dovilė Velmuskė  
 2023-10-19

| 1 savaitė   |         |        |                                     |          |                 |                       |
|---|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Trečiadienis  |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Pusryčiai 08:30 val.  |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Kvietinių kruopų košė su uogiene (tausojantis)  | 31375   | 200/15 | 5,71                                | 4,46     | 40,73           | 225,91                |
| Bananai   | 63125   | 120    | 1,20                                | 0,48     | 28,08           | 121,44                |
| Nesaldinta vaistažolių arbata   | 25368   | 150    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01                  |
| Iš viso maitinimui:   |         |        | 6,91                                | 4,94     | 68,81           | 347,36                |
| Pietūs 12:00 val.   |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su makaronais (tausojantis) (augalinis) | 65545   | 150    | 3,56                                | 2,79     | 16,78           | 106,43                |
| Garuose kepta žuvis (lašiša) (tausojantis)  | 20760   | 95     | 18,03                               | 13,45    | 3,10            | 205,58                |
| Griekiai  | 583     | 50     | 3,03                                | 2,38     | 16,65           | 100,18                |
| Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)                                | 71964   | 100    | 2,40                                | 6,05     | 5,85            | 87,43                 |
| Vanduo  | 25374   | 150    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:   |         |        | 27,02                               | 24,67    | 42,38           | 499,63                |
| Vakarienė 15:30 val.  |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti varškėčiai (9 proc. rieb.) praturtinti avižių sėlenomis (tausojantis)                             | 18996   | 150    | 23,07                               | 11,70    | 31,44           | 323,32                |
| Sviesto (82 proc.rieb.) ir grietinės (30 proc.rieb.) padažas  | 22196   | 12     | 0,21                                | 6,20     | 0,23            | 57,54                 |
| Nesaldinta kmynų arbata   | 25369   | 150    | 0,30                                | 0,22     | 0,75            | 6,14                  |
| Iš viso maitinimui:   |         |        | 23,57                               | 18,12    | 32,41           | 387,01                |
| Iš viso dienai:   |         |        | 57,51                               | 47,73    | 143,60          | 1 233,99              |



| 1 savaitė  |         |        |                                     |          |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Ketvirtadienis   |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Pusryčiai 08:30 val.   |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiša | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti makaronai su žolelėmis (augalinis) (tausojantis)                           | 17733   | 200    | 8,28                                | 6,77     | 31,95           | 221,83                |
| Batono skrebutis   | 16938   | 20     | 1,50                                | 0,38     | 10,06           | 49,66                 |
| Kriaušės   | 63126   | 90     | 0,27                                | 0,36     | 13,59           | 58,68                 |
| Nesaldinta arbatžolių arbata   | 25370   | 150    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01                  |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | 10,05                               | 7,51     | 55,60           | 330,18                |
| Pietūs 12:00 val.  |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiša | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Barščių sriuba (tausojantis)   | 65546   | 150    | 4,73                                | 3,69     | 10,44           | 93,88                 |
| Grietinė (30 proc.rieb.)   | 22194   | 15     | 0,39                                | 4,50     | 0,41            | 43,68                 |
| Ruginė duona   | 18384   | 20     | 1,22                                | 0,20     | 9,12            | 43,16                 |
| Kalakutienos troškiny su daržovėmis (morkomis, žaliais žirneliais) (tausojantis) | 4001    | 70/50  | 22,54                               | 14,92    | 8,69            | 259,22                |
| Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)                                 | 25412   | 110    | 0,89                                | 0,16     | 4,28            | 22,12                 |
| Vanduo, paskanintas apelsiniais  | 25373   | 150    | 0,06                                | 0,01     | 0,82            | 3,59                  |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | 29,83                               | 23,48    | 33,75           | 465,65                |
| Vakarienė 15:30 val.   |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išeiša | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta varškė (9 proc.rieb.) su braškėmis  | 440     | 94/46  | 25,37                               | 13,68    | 13,97           | 280,51                |
| Kukurūzų trapučiai   | 444     | 30     | 1,38                                | 0,83     | 10,88           | 56,45                 |
| Nesaldinta arbatžolių arbata   | 25370   | 150    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01                  |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | 26,75                               | 14,51    | 24,84           | 336,97                |
| Iš viso dienai:  |         |        | 66,63                               | 45,50    | 114,20          | 1 132,79              |



| 1 savaitė  |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Penktadienis   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| <b>Pusryčiai 08:30 val.</b>  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Omletas (tausojantis)  | 4958    | 100    | 12,60                               | 12,18        | 13,45           | 213,83                |
| Juoda duona su sviestu (82 proc.rieb.)   | 16939   | 35     | 1,86                                | 4,40         | 13,72           | 101,90                |
| Agurkų lazdelės  | 71960   | 60     | 0,42                                | 0,00         | 1,68            | 8,40                  |
| Nesaldinta vaistažolių arbata  | 25368   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>14,88</b>                        | <b>16,58</b> | <b>28,85</b>    | <b>324,14</b>         |
| <b>Pietūs 12:00 val.</b>   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)                 | 6584    | 150    | 3,69                                | 4,02         | 15,28           | 112,03                |
| Lietiniai su mėsa (vištienos šlaunelių/kumpelių mėsa)                          | 17734   | 120    | 17,40                               | 12,83        | 42,39           | 354,60                |
| Jogurto (3 proc.rieb.) - grietinės (30 proc.rieb.) padažas                     | 22192   | 20     | 0,62                                | 2,40         | 0,80            | 27,27                 |
| Daržovių (kopūstų, pomidorų, agurkų) salotos                                   | 71965   | 100    | 1,14                                | 1,03         | 5,50            | 35,83                 |
| Vanduo paskanintas citrina   | 25375   | 150    | 0,09                                | 0,02         | 0,80            | 3,77                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>22,85</b>                        | <b>20,28</b> | <b>63,96</b>    | <b>529,74</b>         |
| <b>Vakarienė 15:30 val.</b>  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Grikių košė su pienu (2,5 proc.rieb.) ir sviestu (82 proc.rieb.) (tausojantis) | 1953    | 200    | 7,55                                | 5,11         | 36,74           | 223,15                |
| Nesaldinta vaistažolių arbata  | 25368   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| Kriaušės   | 63128   | 120    | 0,36                                | 0,48         | 17,97           | 77,59                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>7,90</b>                         | <b>5,59</b>  | <b>54,71</b>    | <b>300,74</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>   |         |        | <b>45,63</b>                        | <b>42,44</b> | <b>147,52</b>   | <b>1 154,61</b>       |


 Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktore  
 Dovytė Velmunske  
 2023-10-19

| 2 savaitė   |         |         |                                     |              |                 |                       |
|---|---------|---------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Pirmadienis   |         |         |                                     |              |                 |                       |
| <b>Pusryčiai 08:30 val.</b>   |         |         |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |         | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Miežinių kruopų košė (tausojantis)  | 31374   | 200     | 5,99                                | 5,21         | 34,14           | 207,45                |
| Pilno grūdo batonas su sviestu (82 proc.rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.) | 16940   | 25/5/13 | 5,11                                | 7,85         | 12,90           | 142,71                |
| Nesaldinta kminų arbata   | 25369   | 150     | 0,30                                | 0,22         | 0,75            | 6,14                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |         | <b>11,40</b>                        | <b>13,28</b> | <b>47,79</b>    | <b>356,30</b>         |
| <b>Pietūs 12:00 val.</b>  |         |         |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |         | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)                    | 65548   | 150     | 1,58                                | 1,48         | 13,78           | 74,74                 |
| Keptos vištienos šlaunelės (tausojantis)  | 1153    | 100     | 24,72                               | 15,99        | 1,03            | 246,94                |
| Biri grikių košė (tausojantis)  | 31381   | 80      | 3,04                                | 3,70         | 16,66           | 112,08                |
| Traškios daržovių lazdelės (morkos ,agurkai, paprika)                               | 21779   | 90      | 0,80                                | 0,08         | 6,64            | 30,50                 |
| Vanduo, paskanintas apelsiniais   | 25373   | 150     | 0,06                                | 0,01         | 0,82            | 3,59                  |
| Obuoliai  | 63124   | 140     | 0,56                                | 0,00         | 13,86           | 57,68                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |         | <b>30,77</b>                        | <b>21,25</b> | <b>52,79</b>    | <b>525,52</b>         |
| <b>Vakarienė 15:30 val.</b>   |         |         |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |         | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškės apkepas (tausojantis)   | 10757   | 100     | 15,43                               | 9,05         | 33,47           | 277,09                |
| Grietinės (30 proc.rieb.) ir uogienės padažas                                       | 22197   | 30      | 0,42                                | 4,50         | 10,52           | 84,26                 |
| Nesaldinta vaistažolių arbata   | 25368   | 150     | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |         | <b>15,85</b>                        | <b>13,55</b> | <b>43,99</b>    | <b>361,36</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>  |         |         | <b>58,01</b>                        | <b>48,09</b> | <b>144,57</b>   | <b>1 243,17</b>       |



| 2 savaitė  |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Antradienis  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| <b>Pusryčiai 08:30 val.</b>  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virtas kiaušinis   | 374     | 70     | 8,89                                | 7,63         | 0,63            | 106,75                |
| Juoda duona su sviestu (82 proc.rieb.)                                   | 16939   | 35     | 1,86                                | 4,40         | 13,72           | 101,90                |
| Konservuoti žirneliai  | 71961   | 75     | 3,30                                | 0,23         | 9,38            | 52,73                 |
| Jogurto (3 proc.rieb.) - grietinės (30 proc.rieb.) padažas               | 22192   | 20     | 0,62                                | 2,40         | 0,80            | 27,27                 |
| Nesaldinta vaisinė žolelių arbata  | 25371   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>14,67</b>                        | <b>14,66</b> | <b>24,52</b>    | <b>288,65</b>         |
| <b>Pietūs 12:00 val.</b>   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Kopūstų sriuba su avinžirniais (augainis) (tausojantis)                  | 65549   | 150    | 2,58                                | 3,91         | 16,08           | 109,81                |
| Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpiu (žemaičiai) (tausojantis)       | 25413   | 100/30 | 12,37                               | 9,90         | 42,56           | 308,86                |
| Jogurto (3 proc.rieb.) - grietinės (30 proc.rieb.) padažas               | 22192   | 20     | 0,62                                | 2,40         | 0,80            | 27,27                 |
| Daržovių rinkinukas (agurkai ir pomidorai)                               | 71966   | 110    | 0,95                                | 0,24         | 4,88            | 25,48                 |
| Vanduo, paskanintas apelsiniais  | 25373   | 150    | 0,06                                | 0,01         | 0,82            | 3,59                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>16,59</b>                        | <b>16,46</b> | <b>65,14</b>    | <b>475,01</b>         |
| <b>Vakarienė 15:30 val.</b>  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Makaronai su aliejumi ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.) (tausojantis) | 17736   | 200/20 | 12,90                               | 8,56         | 31,20           | 253,44                |
| Bananai  | 63125   | 120    | 1,20                                | 0,48         | 28,08           | 121,44                |
| Nesaldinta kmynų arbata  | 25369   | 150    | 0,30                                | 0,22         | 0,75            | 6,14                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>14,40</b>                        | <b>9,26</b>  | <b>60,03</b>    | <b>381,02</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>   |         |        | <b>45,65</b>                        | <b>40,37</b> | <b>149,69</b>   | <b>1 144,68</b>       |



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
Direktorė  
Dovilė Velmunsė

2023-10-19



| 2 savaitė  |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Trečiadienis   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Pusryčiai 08:30 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis) | 31376   | 200    | 4,60                                | 1,97         | 36,50           | 182,09                |
| Raugintų pasukų (0,3 proc.rieb.) kokteilis su uogomis                | 25372   | 180    | 4,40                                | 0,59         | 24,98           | 122,85                |
| Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)                                       | 18383   | 20     | 5,34                                | 4,16         | 0,08            | 59,12                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>14,34</b>                        | <b>6,72</b>  | <b>61,56</b>    | <b>364,05</b>         |
| Pietūs 12:00 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pomidorinė sriuba (tausojantis)                                      | 65550   | 150    | 1,57                                | 2,60         | 14,00           | 85,67                 |
| Grietinė (30 proc.rieb.)   | 22194   | 15     | 0,39                                | 4,50         | 0,41            | 43,68                 |
| Batono skrebutis   | 16938   | 20     | 1,50                                | 0,38         | 10,06           | 49,66                 |
| Žuvies (jūros lydekos) maltinis (tausojantis)                        | 20761   | 80     | 16,71                               | 7,38         | 10,19           | 174,03                |
| Bulvių košė (tausojantis)  | 21777   | 90     | 1,97                                | 2,73         | 17,52           | 102,53                |
| Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, konservuoti agurkai)            | 25414   | 110    | 0,94                                | 0,07         | 8,24            | 37,35                 |
| Vanduo paskanintas citrina   | 25375   | 150    | 0,09                                | 0,02         | 0,80            | 3,77                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>23,16</b>                        | <b>17,69</b> | <b>61,21</b>    | <b>496,69</b>         |
| Vakarienė 15:30 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Mieliniai blynai   | 1157    | 100    | 7,42                                | 14,39        | 36,53           | 305,33                |
| Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)                | 22195   | 15     | 0,11                                | 0,06         | 1,81            | 8,18                  |
| Kriaušės   | 1631    | 100    | 0,30                                | 0,40         | 15,10           | 65,20                 |
| Nesaldinta vaisinė žolelių arbata                                    | 25371   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>   |         |        | <b>7,83</b>                         | <b>14,85</b> | <b>53,44</b>    | <b>378,72</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>   |         |        | <b>45,33</b>                        | <b>39,26</b> | <b>176,21</b>   | <b>1 239,47</b>       |



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktorė  
 \*Dovilė Velmuskė  
 2023-10-19

| 2 savaitė   |         |            |                                     |              |                 |                       |
|---|---------|------------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Ketvirtadienis  |         |            |                                     |              |                 |                       |
| <b>Pusryčiai 08:30 val.</b>   |         |            |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga     | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |            | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Biri grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)              | 31377   | 200        | 6,63                                | 4,58         | 37,66           | 218,38                |
| Duonos sumuštinis su sviestu (82 proc.rieb.), virta dešra (a/r) ir agurku (tausojantis) | 16937   | 30/6/18/20 | 3,61                                | 9,01         | 14,95           | 155,30                |
| Nesaldinta kminų arbata   | 25369   | 150        | 0,30                                | 0,22         | 0,75            | 6,14                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |            | <b>10,53</b>                        | <b>13,81</b> | <b>53,36</b>    | <b>379,82</b>         |
| <b>Pietūs 12:00 val.</b>  |         |            |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga     | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |            | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Barščių sriuba (tausojantis)  | 65546   | 150        | 4,73                                | 3,69         | 10,44           | 93,88                 |
| Balandėliai su kiauliena (tausojantis)  | 10597   | 70/70      | 21,24                               | 12,54        | 11,12           | 242,28                |
| Virtos bulvės (tausojantis)   | 10786   | 70         | 1,44                                | 0,07         | 14,20           | 63,23                 |
| Pekino kopūstų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)                      | 71967   | 110        | 0,99                                | 7,87         | 3,19            | 87,55                 |
| Vanduo  | 25374   | 150        | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,00                  |
| Obuoliai  | 63124   | 140        | 0,56                                | 0,00         | 13,86           | 57,68                 |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |            | <b>28,96</b>                        | <b>24,17</b> | <b>52,82</b>    | <b>544,62</b>         |
| <b>Vakarienė 15:30 val.</b>   |         |            |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga     | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |            | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Kepti varškėčiai praturtinti avižų sėlenomis  | 18997   | 130        | 18,34                               | 11,29        | 28,76           | 289,94                |
| Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)                                   | 22195   | 15         | 0,11                                | 0,06         | 1,81            | 8,18                  |
| Nesaldinta vaisinė žolelių arbata   | 25371   | 150        | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |            | <b>18,44</b>                        | <b>11,35</b> | <b>30,56</b>    | <b>298,13</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>  |         |            | <b>57,94</b>                        | <b>49,32</b> | <b>136,74</b>   | <b>1 222,58</b>       |



Kauno lopšėlio-darželio „Spindulėlis“  
Direktorė  
Dovilė Velmunske

2023-10-19

| 2 savaitė   |         |          |                                     |          |                 |                       |
|---|---------|----------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Penktadienis  |         |          |                                     |          |                 |                       |
| Pusryčiai 08:30 val.  |         |          |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga   | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|   |         |          | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška (2,5 proc.rieb.) manų košė su sviestu (82 proc.rieb.) ir uogiene (tausojantis)             | 31373   | 200/20   | 5,52                                | 4,55     | 37,69           | 213,83                |
| Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške ir obuoliais (tausojantis)                                    | 1954    | 24/24/12 | 6,39                                | 2,93     | 18,18           | 124,66                |
| Nesaldinta vaistažolių arbata   | 25368   | 150      | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01                  |
| Iš viso maitinimui:   |         |          | 11,92                               | 7,48     | 55,87           | 338,50                |
| Pietūs 12:00 val.   |         |          |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga   | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|   |         |          | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta daržovių (kalafiorai, moliūgai, bulvės, morkos) sriuba su žirniais (augalinis) (tausojantis) | 65551   | 150      | 4,31                                | 2,76     | 15,49           | 104,06                |
| Batono skrebutis  | 16938   | 20       | 1,50                                | 0,38     | 10,06           | 49,66                 |
| Šutinta vištienos filė su žalumynais ir grietinėle (36 proc.rieb.) (tausojantis)                    | 37082   | 120      | 22,58                               | 8,76     | 1,37            | 174,62                |
| Biri ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)  | 21778   | 90       | 2,87                                | 1,64     | 26,39           | 131,80                |
| Pomidorai   | 7498    | 90       | 0,90                                | 0,36     | 5,22            | 27,72                 |
| Agurkų lazdelės   | 71960   | 60       | 0,42                                | 0,00     | 1,68            | 8,40                  |
| Vanduo  | 25374   | 150      | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:   |         |          | 32,58                               | 13,90    | 60,21           | 496,26                |
| Vakarienė 15:30 val.  |         |          |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga   | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|   |         |          | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)   | 25416   | 200      | 4,09                                | 4,21     | 39,65           | 212,86                |
| Kefyras (2,5 proc.rieb.)  | 25377   | 200      | 6,40                                | 5,00     | 8,00            | 102,60                |
| Melionas  | 63129   | 100      | 0,40                                | 0,00     | 6,10            | 26,00                 |
| Iš viso maitinimui:   |         |          | 10,89                               | 9,21     | 53,75           | 341,46                |
| Iš viso dienai:   |         |          | 55,39                               | 30,59    | 169,83          | 1 176,22              |



| 3 savaitė  |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Pirmadienis  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Pusryčiai 08:30 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)                                      | 31378   | 200    | 7,24                                | 7,15         | 27,46           | 203,17                |
| Uogienė  | 22193   | 10     | 0,02                                | 0,00         | 6,22            | 24,96                 |
| Vynuogės   | 63127   | 110    | 0,77                                | 0,22         | 19,80           | 84,26                 |
| Nesaldinta vaistažolių arbata  | 25368   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | <b>8,03</b>                         | <b>7,37</b>  | <b>53,48</b>    | <b>312,40</b>         |
| Pietūs 12:00 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)                                  | 65552   | 150    | 1,13                                | 1,39         | 7,49            | 46,98                 |
| Ruginė duona   | 18384   | 20     | 1,22                                | 0,20         | 9,12            | 43,16                 |
| Plovas su jautienos kumpiu (tausojantis)   | 31149   | 170    | 17,77                               | 12,09        | 29,80           | 299,04                |
| Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)         | 71964   | 100    | 2,40                                | 6,05         | 5,85            | 87,43                 |
| Vanduo   | 25374   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | <b>22,51</b>                        | <b>19,73</b> | <b>52,25</b>    | <b>476,61</b>         |
| Vakarienė 15:30 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Lietiniai blynai su varškės įdaru  | 2767    | 87/43  | 12,42                               | 11,04        | 27,72           | 259,93                |
| Grietinės (30 proc.rieb.) ir natūralaus jogurto (3 proc.rieb.) padažas su vanile | 22198   | 25     | 0,81                                | 3,63         | 2,97            | 47,75                 |
| Nesaldinta kmynų arbata  | 25369   | 150    | 0,30                                | 0,22         | 0,75            | 6,14                  |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | <b>13,53</b>                        | <b>14,89</b> | <b>31,43</b>    | <b>313,82</b>         |
| Iš viso dienai:  |         |        | <b>44,07</b>                        | <b>41,99</b> | <b>137,17</b>   | <b>1 102,84</b>       |



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktorė  
 Dovilė Velmūnskė

2023-10-19

| 3 savaitė  |         |        |                                     |              |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Antradienis  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Pusryčiai 08:30 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška trijų grūdų (avižų, miežių, kviečių) dribsnių košė (tausojantis)  | 31379   | 200    | 6,47                                | 5,54         | 32,31           | 204,97                |
| Bananai  | 63125   | 120    | 1,20                                | 0,48         | 28,08           | 121,44                |
| Nesaldinta vaisinė žolelių arbata  | 25371   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | <b>7,67</b>                         | <b>6,02</b>  | <b>60,39</b>    | <b>326,42</b>         |
| Pietūs 12:00 val.  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)      | 65553   | 150    | 4,11                                | 3,23         | 15,75           | 108,54                |
| Bulvių plokštainis su kalakutiena  | 12936   | 155/65 | 18,58                               | 9,48         | 42,67           | 330,26                |
| Grietinė (30 proc.rieb.)   | 22194   | 15     | 0,39                                | 4,50         | 0,41            | 43,68                 |
| Daržovių rinkinukas (agurkai ir pomidorai)                                 | 71966   | 110    | 0,95                                | 0,24         | 4,88            | 25,48                 |
| Vanduo paskanintas citrina   | 25375   | 150    | 0,09                                | 0,02         | 0,80            | 3,77                  |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | <b>24,12</b>                        | <b>17,47</b> | <b>64,50</b>    | <b>511,73</b>         |
| Vakarienė 15:30 val.   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti varškėčiai (9 proc. riebi) praturtinti avižų sėlenomis (tausojantis) | 18996   | 150    | 23,07                               | 11,70        | 31,44           | 323,32                |
| Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)                      | 22195   | 15     | 0,11                                | 0,06         | 1,81            | 8,18                  |
| Nesaldinta vaisinė žolelių arbata  | 25371   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | <b>23,18</b>                        | <b>11,76</b> | <b>33,24</b>    | <b>331,52</b>         |
| Iš viso dienai:  |         |        | <b>54,97</b>                        | <b>35,25</b> | <b>158,13</b>   | <b>1 169,67</b>       |



| 3 savaitė   |         |        |                                     |              |                 |                       |
|---|---------|--------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Trečiadienis  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| <b>Pusryčiai 08:30 val.</b>   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Omletas (tausojantis)   | 4958    | 100    | 12,60                               | 12,18        | 13,45           | 213,83                |
| Šviesi pilno grūdo duona su sviestu (82 proc. rieb.)  | 16941   | 55     | 1,48                                | 4,41         | 13,84           | 100,97                |
| Nesaldinta vaistažolių arbata   | 25368   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>14,08</b>                        | <b>16,59</b> | <b>27,30</b>    | <b>314,81</b>         |
| <b>Pietūs 12:00 val.</b>  |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)                                      | 1610    | 150    | 2,49                                | 3,28         | 17,90           | 111,01                |
| Ruginė duona  | 1484    | 35     | 2,14                                | 0,35         | 15,96           | 75,53                 |
| Vištienos filė troškinta su grietinėle (36 proc.rieb.) ir daržovėmis (šparaginėmis pupelėmis ir morkomis) (tausojantis) | 37083   | 100    | 11,72                               | 9,00         | 3,73            | 142,78                |
| Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)   | 31382   | 80     | 2,21                                | 1,29         | 17,52           | 90,50                 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, konservuoti agurkai)   | 25414   | 110    | 0,94                                | 0,07         | 8,24            | 37,35                 |
| Vanduo  | 25374   | 150    | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,00                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>19,49</b>                        | <b>13,98</b> | <b>63,35</b>    | <b>457,17</b>         |
| <b>Vakarienė 15:30 val.</b>   |         |        |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |        | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška makaronų sriuba (Pienas 2,5 proc.rieb.)(tausojantis)   | 65557   | 200    | 9,93                                | 9,07         | 29,13           | 237,81                |
| Bananai   | 63130   | 150    | 1,50                                | 0,60         | 35,10           | 151,80                |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |        | <b>11,43</b>                        | <b>9,67</b>  | <b>64,23</b>    | <b>389,61</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>  |         |        | <b>45,00</b>                        | <b>40,23</b> | <b>154,87</b>   | <b>1 161,59</b>       |



| 3 savaitė   |         |          |                                     |              |                 |                       |
|---|---------|----------|-------------------------------------|--------------|-----------------|-----------------------|
| Ketvirtadienis  |         |          |                                     |              |                 |                       |
| <b>Pusryčiai 08:30 val.</b>   |         |          |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga   | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |          | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Ryžių košė paskaninta sviestu (82 proc.rieb) ir uogiene (tausojantis) | 31380   | 174/6/25 | 4,59                                | 7,14         | 46,48           | 268,57                |
| Kriaušės  | 63128   | 120      | 0,36                                | 0,48         | 17,97           | 77,59                 |
| Nesaldinta vaistažolių arbata   | 25368   | 150      | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |          | <b>4,95</b>                         | <b>7,62</b>  | <b>64,45</b>    | <b>346,17</b>         |
| <b>Pietūs 12:00 val.</b>  |         |          |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga   | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |          | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)                                | 36188   | 150      | 4,90                                | 0,73         | 16,74           | 93,13                 |
| Ruginė duona  | 18384   | 20       | 1,22                                | 0,20         | 9,12            | 43,16                 |
| Virti makaronai su maltu kiaulienos kumpiu (tausojantis)              | 30842   | 90/70    | 24,14                               | 7,94         | 32,68           | 298,75                |
| Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)                      | 25412   | 110      | 0,89                                | 0,16         | 4,28            | 22,12                 |
| Vanduo paskanintas citrina  | 25375   | 150      | 0,09                                | 0,02         | 0,80            | 3,77                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |          | <b>31,23</b>                        | <b>9,06</b>  | <b>63,62</b>    | <b>460,94</b>         |
| <b>Vakarienė 15:30 val.</b>   |         |          |                                     |              |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas   | Rp. Nr. | Išėiga   | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |              |                 |                       |
|   |         |          | Baltymai                            | Riebalai     | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Blynėliai su cukinijomis  | 2772    | 150      | 9,59                                | 16,52        | 47,06           | 375,28                |
| Nesaldinta vaistažolių arbata   | 25368   | 150      | 0,00                                | 0,00         | 0,00            | 0,01                  |
| <b>Iš viso maitinimui:</b>  |         |          | <b>9,59</b>                         | <b>16,52</b> | <b>47,06</b>    | <b>375,28</b>         |
| <b>Iš viso dienai:</b>  |         |          | <b>45,77</b>                        | <b>33,20</b> | <b>175,14</b>   | <b>1 182,39</b>       |


  
 Kauno Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktorė  
 Dovilė Velmunskė  
 2023-10-19

| 3 savaitė  |         |        |                                     |          |                 |                       |
|--|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Penktadienis   |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Pusryčiai 08:30 val.   |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška (2,5 proc.rieb.) manų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir uogiene (tausojantis) | 31373   | 200/20 | 5,52                                | 4,55     | 37,69           | 213,83                |
| Raugintų pasukų (0,3 proc.rieb.) kokteilis su uogomis                                    | 25372   | 180    | 4,40                                | 0,59     | 24,98           | 122,85                |
| Kriaušės   | 32002   | 80     | 0,24                                | 0,32     | 12,08           | 52,16                 |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | 10,16                               | 5,46     | 74,75           | 388,84                |
| 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)                                   | 65556   | 150    | 4,85                                | 1,53     | 17,00           | 101,14                |
| Žuvies (jūros lydekos) kepinukai (tausojantis)   | 20762   | 80     | 18,47                               | 11,00    | 8,82            | 208,14                |
| Biri grikių košė (tausojantis)   | 31381   | 80     | 3,04                                | 3,70     | 16,66           | 112,08                |
| Daržovių (aisbergo salota, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi             | 71963   | 90     | 0,80                                | 2,86     | 3,48            | 42,85                 |
| Vanduo   | 25374   | 150    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,00                  |
| Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)   | 18383   | 20     | 5,34                                | 4,16     | 0,08            | 59,12                 |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | 32,50                               | 23,24    | 46,05           | 523,32                |
| Vakarienė 15:30 val.   |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|  |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškės (9 proc.rieb.) apkepas su kriaušėmis ir avižių sėlenomis (tausojantis)           | 10878   | 150    | 19,70                               | 13,33    | 20,05           | 279,01                |
| Grietinės (30 proc.rieb.) ir uogienės padažas  | 22197   | 30     | 0,42                                | 4,50     | 10,52           | 84,26                 |
| Nesaldinta vaisinė žolelių arbata  | 25371   | 150    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,01                  |
| Iš viso maitinimui:  |         |        | 20,12                               | 17,84    | 30,57           | 363,28                |
| Iš viso dienai:  |         |        | 62,78                               | 46,54    | 151,37          | 1 275,44              |

LIETUVOS RESPUBLIKA  
Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
Lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
Direktorė  
Dovilė Velmunske  
2023-10-19