

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

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

# 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

## 1-3 m.

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



1 savaitė						
Pirmadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	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)	31361	150/5	4,51	3,67	28,78	166,19
Duona su lydytu tepamu (50 proc.rieb.) sūriu	16930	20/15	2,66	3,53	10,08	82,73
Obuoliai	63117	100	0,35	0,00	8,68	36,13
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,52	7,20	47,55	285,05
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (kopūstų, morkų, bulvių, žaliųjų žirnelių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	65527	100	1,99	2,17	8,82	62,74
Ruginė duona	18382	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	30833	100	11,78	10,36	7,58	170,74
Bulvių košė (tausojantis)	21774	90	1,50	1,86	13,30	75,90
Kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	71954	70	0,81	1,86	5,06	40,18
Agurkų lazdelės	25405	40	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo, paskanintas apelsiniais	25363	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			17,63	16,45	45,59	400,88
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	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)	18991	125	15,85	11,29	23,73	259,89
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)	22187	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			15,95	11,35	25,54	268,08
Iš viso dienai:			41,10	34,99	118,67	954,01



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)	31362	150	4,74	3,10	27,74	157,76
Duonos sumuštinis su sviestu (82 proc.rieb.), virta dešra (a/r) ir agurku (tausojantis)	16931	20/5/15/20	3,04	7,45	10,17	119,87
Nesaldinta kmynų arbata	25359	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			<b>7,97</b>	<b>10,69</b>	<b>38,41</b>	<b>281,72</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)	65528	100	1,45	2,13	9,03	61,10
Batono skrebutis	16932	15	1,13	0,29	7,55	37,24
Kiauliena su troškintais kopūstais (tausojantis)	16073	50/50	13,78	14,79	3,81	203,45
Virtos bulvės (tausojantis)	7767	40	0,80	0,04	7,88	35,08
Daržovių (aisbergo salota, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi	71955	90	0,87	1,99	3,83	36,68
Vanduo, paskanintas apelsiniais	25363	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Obuoliai	63117	100	0,35	0,00	8,68	36,13
Iš viso maitinimui:			<b>18,41</b>	<b>19,24</b>	<b>41,36</b>	<b>412,25</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su obuoliais	17729	100	5,76	6,35	37,88	231,67
Pienas (2,5 proc.rieb.)	25366	150	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			<b>9,96</b>	<b>10,10</b>	<b>44,93</b>	<b>310,42</b>
Iš viso dienai:			<b>36,34</b>	<b>40,03</b>	<b>124,70</b>	<b>1 004,39</b>

1 savaitė						
Trečiadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė su uogiene (tausojantis)	31363	150/15	4,69	3,30	34,40	186,02
Bananai	63118	110	0,66	0,26	15,40	66,59
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,34</b>	<b>3,56</b>	<b>49,80</b>	<b>252,62</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba su makaronais (tausojantis) (augalinis)	65529	100	2,51	1,60	12,46	74,33
Garuose kepta žuvis (lašiša) (tausojantis)	20757	90	17,34	12,73	1,66	190,56
Griķiai (augalinis) (tausojantis)	2673	40	2,39	0,59	13,17	67,55
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	71956	100	2,26	4,73	5,48	73,49
Vanduo	25364	100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>24,51</b>	<b>19,65</b>	<b>32,76</b>	<b>405,92</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc.rieb.) praturtinti avių sėlenomis (tausojantis)	18992	120	18,29	9,59	20,27	240,61
Sviesto (82 proc.rieb.) ir grietinės (30 proc.rieb.) padažas	22188	10	0,14	3,14	0,15	29,42
Nesaldinta kmyņų arbata	25359	100	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,63</b>	<b>12,88</b>	<b>20,92</b>	<b>274,12</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>48,48</b>	<b>36,09</b>	<b>103,49</b>	<b>932,67</b>



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktore  
 Dovilė Velmunsė  
 2023-10-19

1 savaitė						
Ketvirtadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	17727	150	6,78	4,45	26,15	171,75
Batono skrebutis	16932	15	1,13	0,29	7,55	37,24
Kriaušės	63119	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta arbatžolių arbata	25360	100	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,14</b>	<b>5,05</b>	<b>45,78</b>	<b>261,16</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščių sriuba (tausojantis)	65530	100	3,56	2,82	8,24	72,56
Grietinė (30 proc.rieb.)	22186	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	18382	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Kalakutienos troškiny su daržovėmis (morkomis, žaliais žirneliais) (tausojantis)	3501	60/40	18,59	12,67	7,03	216,45
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	25406	100	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo, paskanintas apelsiniais	25363	100	0,05	0,01	0,59	2,57
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>24,49</b>	<b>18,85</b>	<b>29,25</b>	<b>384,58</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta varškė (9 proc.rieb.) su braškėmis	439	94/46	16,02	8,64	9,94	181,62
Kukurūzų traputis	10651	20	1,84	1,10	14,50	75,26
Nesaldinta arbatžolių arbata	25360	100	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>17,86</b>	<b>9,74</b>	<b>24,44</b>	<b>256,89</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>50,49</b>	<b>33,65</b>	<b>99,46</b>	<b>902,62</b>



1 savaitė						
Penktadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4956	80	11,60	10,99	11,72	192,25
Juoda duona su sviestu (82 proc.rieb.)	16933	25	1,25	4,30	9,16	80,32
Agurkų lazdelės	25404	70	0,49	0,00	1,96	9,80
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			13,34	15,29	22,84	282,38
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	2637	100	2,53	2,68	10,69	77,03
Lietiniai su mėsa (vištienos šlaunelių/kumpelių mėsa)	17728	100	13,93	11,23	34,89	296,38
Jogurto (3 proc.rieb.) - grietinės (30 proc.rieb.) padažas	22184	20	0,66	2,43	0,85	27,89
Daržovių (kopūstas, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi	71957	90	1,02	1,95	4,32	38,92
Vanduo paskanintas citrina	25365	100	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			18,14	18,30	50,74	440,22
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška grikių kruopų košė su sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	17208	150/5	7,53	7,44	32,50	227,12
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Kriaušės	63122	100	0,27	0,36	13,59	58,68
Iš viso maitinimui:			7,80	7,80	46,09	285,80
Iš viso dienai:			39,28	41,39	119,68	1 008,40

2 savaitė						
Pirmadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	31362	150	4,74	3,10	27,74	157,76
Pilno grūdo batonas su sviestu (82 proc.rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.)	16934	20/5/12	4,49	7,50	10,36	126,95
Nesaldinta kmyņų arbata	25359	100	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,42</b>	<b>10,74</b>	<b>38,60</b>	<b>288,80</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	65532	100	1,04	0,99	8,96	48,92
Keptos vištienos šlaunelės (tausojantis)	1152	80	19,75	12,46	0,84	194,50
Biri grikių košė (tausojantis)	31369	70	2,66	2,29	14,57	89,52
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	21776	90	0,80	0,08	6,64	30,50
Vanduo, paskanintas apelsiniais	25363	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Obuoliai	63117	100	0,35	0,00	8,68	36,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>24,65</b>	<b>15,83</b>	<b>40,27</b>	<b>402,13</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc.rieb.) apkepas (su kukurūzų kruopomis) (tausojantis)	850	110	14,19	9,61	22,28	232,34
Grietinės (30 proc.rieb.) ir uogienės padažas	22189	20	0,28	3,00	7,01	56,17
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,47</b>	<b>12,61</b>	<b>29,29</b>	<b>288,52</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>48,54</b>	<b>39,18</b>	<b>108,17</b>	<b>979,46</b>

2 savaitė						
Antradienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtas kiaušinis (tausojantis)	4957	60	7,62	6,54	0,54	91,50
Juoda duona su sviestu (82 proc.rieb.)	16933	25	1,25	4,30	9,16	80,32
Konservuoti žirneliai	71953	50	2,20	0,15	6,25	35,15
Jogurto (3 proc.rieb.) - grietinės (30 proc.rieb.) padažas	22184	20	0,66	2,43	0,85	27,89
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,72	13,42	16,80	234,87
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba su avinžirniais (augalinis) (tausojantis)	65533	100	1,77	3,51	11,07	83,00
Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpiu (žemaičiai) (tausojantis)	25407	100/20	11,26	7,53	40,69	275,51
Jogurto (3 proc.rieb.) - grietinės (30 proc.rieb.) padažas	22184	20	0,66	2,43	0,85	27,89
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	25406	100	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo, paskanintas apelsiniais	25363	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			14,55	13,64	57,19	409,68
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Makaronai su alicjumi ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.) (tausojantis)	17730	150/15	10,47	6,59	26,45	206,96
Bananai	63118	110	0,66	0,26	15,40	66,59
Nesaldinta kmynų arbata	25359	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			11,32	7,00	42,35	277,64
Iš viso dienai:			37,59	34,05	116,34	922,19



2 savaitė						
Trečiadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	31364	150	3,96	1,43	31,39	154,22
Raugintų pasukų (0,3 proc.rieb.) kokteilis su uogomis	25362	100	3,05	0,44	20,08	96,49
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	18381	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Iš viso maitinimui:			<b>12,35</b>	<b>6,03</b>	<b>51,55</b>	<b>309,83</b>
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba (tausojantis)	65534	100	0,89	2,06	7,90	53,73
Grietinė (30 proc.rieb.)	22186	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Batono skrebutis	16932	15	1,13	0,29	7,55	37,24
Žuvies (jūros lydekos) maltinis (tausojantis)	20758	80	14,89	5,01	10,07	144,93
Bulvių košė (tausojantis)	21774	90	1,50	1,86	13,30	75,90
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, konservuoti agurkai)	25408	100	0,84	0,06	7,20	32,70
Vanduo paskanintas citrina	25365	100	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			<b>19,56</b>	<b>12,29</b>	<b>46,82</b>	<b>376,13</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Mieliniai blynai	1156	80	6,02	10,94	30,10	242,93
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)	22187	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Kriaušės	63122	100	0,27	0,36	13,59	58,68
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>6,40</b>	<b>11,36</b>	<b>45,49</b>	<b>309,80</b>
Iš viso dienai:			<b>38,31</b>	<b>29,67</b>	<b>143,87</b>	<b>995,76</b>



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



2 savaitė						
Ketvirtadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Biri grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	31365	150	5,30	3,77	30,14	175,65
Duonos sumuštinis su sviestu (82 proc.rieb.), virta dešra (a/r) ir agurku (tausojantis)	16931	20/5/15/20	3,04	7,45	10,17	119,87
Nesaldinta kmynų arbata	25359	100	0,20	0,15	0,50	4,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,53</b>	<b>11,36</b>	<b>40,81</b>	<b>299,61</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščių sriuba (tausojantis)	65530	100	3,56	2,82	8,24	72,56
Balandėliai su kiauliena (tausojantis)	10596	60/50	16,69	9,86	8,74	190,44
Virtos bulvės (tausojantis)	7768	60	1,20	0,06	11,82	52,62
Pekino kopūstų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	71958	90	0,81	6,48	2,57	71,79
Vanduo	25364	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai	63117	100	0,35	0,00	8,68	36,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,60</b>	<b>19,21</b>	<b>40,06</b>	<b>423,54</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai praturtinti avių sėlenomis	18994	110	15,23	9,51	27,89	258,08
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)	22187	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,34</b>	<b>9,57</b>	<b>29,70</b>	<b>266,27</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>46,47</b>	<b>40,14</b>	<b>110,57</b>	<b>989,42</b>



2 savaitė						
Penktadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	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)	31361	150/5	4,51	3,67	28,78	166,19
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške (9 proc.rieb.) ir obuoliais (tausojantis)	636	24/24/12	6,39	2,93	18,18	124,66
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>10,90</b>	<b>6,60</b>	<b>46,97</b>	<b>290,86</b>
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių (kalafiorai, moliūgai, bulvės, morkos) sriuba su žirniais (augalinis) (tausojantis)	65535	100	2,94	2,18	10,72	74,28
Batono skrebutis	16932	15	1,13	0,29	7,55	37,24
Šutinta vištienos filė su žalumynais ir grietinėle (36 proc.rieb.) (tausojantis)	37078	100	16,79	7,59	1,15	140,05
Biri ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	21775	70	2,05	1,60	18,85	98,00
Pomidorai	71959	30	0,30	0,12	1,74	9,24
Agurkų lazdelės	71960	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Vanduo	25364	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			<b>23,62</b>	<b>11,78</b>	<b>41,68</b>	<b>367,22</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	25410	160	3,27	4,16	31,73	177,47
Kefyras (2,5 proc.rieb.)	25367	200	6,40	5,00	8,00	102,60
Melionas	63123	100	0,40	0,00	6,10	26,00
Iš viso maitinimui:			<b>10,07</b>	<b>9,16</b>	<b>45,83</b>	<b>306,07</b>
Iš viso dienai:			<b>44,59</b>	<b>27,54</b>	<b>134,48</b>	<b>964,14</b>



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)	31366	150	6,90	7,00	25,70	193,41
Uogienė	22185	8	0,02	0,00	6,22	24,96
Vynuogės	63120	55	0,39	0,11	9,90	42,13
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>7,30</b>	<b>7,11</b>	<b>41,82</b>	<b>260,51</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)	65536	130	0,72	0,92	4,64	29,76
Ruginė duona	18382	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Plovas su jautienos kumpiu (tausojantis)	31148	130	15,05	11,30	23,95	257,69
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	71956	100	2,26	4,73	5,48	73,49
Vanduo	25364	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			<b>19,25</b>	<b>17,15</b>	<b>43,19</b>	<b>404,10</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai su varškės (9 proc.rieb.) įdaru	2766	80/40	11,52	10,09	25,39	238,46
Grietinės (30 proc.rieb.) ir natūralaus jogurto (3 proc.rieb.) padažas su vanile	22190	25	0,81	3,63	2,97	47,75
Nesaldinta kmylių arbata	25359	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			<b>12,53</b>	<b>13,86</b>	<b>28,86</b>	<b>290,30</b>
Iš viso dienai:			<b>39,08</b>	<b>38,12</b>	<b>113,87</b>	<b>954,91</b>



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
Direktorė  
Dovilė Vėlmunskė

2023-10-19

3 savaitė						
Antradienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška trijų grūdų (avižų, miežių, kviečių) dribsnių košė (taujantis)	31367	150	4,85	3,62	25,00	151,96
Bananai	63121	120	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,05	4,10	53,08	273,41
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tauojantis)	65537	100	2,67	5,15	9,92	96,74
Bulvių plokštainis su kalakutienu	12935	125/50	14,83	7,59	34,11	264,06
Grietinė (30 proc.rieb.)	22186	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	25406	100	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo paskanintas citrina	25365	100	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			18,64	15,92	48,83	413,15
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. riebi) praturtinti avižų sėlenomis (taujantis)	18992	120	18,29	9,59	20,27	240,61
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)	22187	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			18,40	9,65	22,08	248,79
Iš viso dienai:			43,09	29,67	123,99	935,35



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
Direktorė  
\*Dovilė Velmunske\*

2023-10-19

3 savaitė						
Trečiadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4956	80	11,60	10,99	11,72	192,25
Šviesi pilno grūdo duona su sviestu (82 proc. rieb.)	16935	55	1,48	4,41	13,84	100,97
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>13,09</b>	<b>15,40</b>	<b>25,57</b>	<b>293,23</b>
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1608	100	1,66	2,18	12,01	74,36
Ruginė duona	18382	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Vištienos filė troškinta su grietinėle (36 proc. rieb.) ir daržovėmis (šparaginėmis pupelėmis ir morkomis) (tausojantis)	37079	108	11,67	9,00	4,01	143,69
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	31370	60	2,30	1,10	18,25	92,10
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, konservuoti agurkai)	25408	100	0,84	0,06	7,20	32,70
Vanduo	25364	100	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>17,69</b>	<b>12,54</b>	<b>50,60</b>	<b>386,01</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (Pienas 2,5 proc. rieb.) (tausojantis)	65541	150	6,85	6,83	19,70	167,68
Bananai	63121	120	1,20	0,48	28,08	121,44
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,05</b>	<b>7,31</b>	<b>47,78</b>	<b>289,12</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>38,83</b>	<b>35,25</b>	<b>123,94</b>	<b>968,35</b>



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
Direktorė  
Dovilė Velmuskė

2023-10-19

3 savaitė						
Ketvirtadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių košė paskaninta sviestu (82 proc.rieb) ir uogiene (tausojantis)	31368	150/6/17	4,57	4,68	43,60	234,81
Kriaušės	63119	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>4,81</b>	<b>5,00</b>	<b>55,68</b>	<b>286,98</b>
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	8694	100	2,66	1,56	9,61	63,08
Ruginė duona	18382	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Virti makaronai su maltu kiaulienos kumpiu (tausojantis)	30837	80/60	20,21	6,80	23,93	237,74
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	25406	100	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo paskanintas citrina	25365	100	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			<b>24,97</b>	<b>8,73</b>	<b>47,19</b>	<b>367,21</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynėliai su cukinijomis	2770	120	7,68	13,18	37,87	300,84
Nesaldinta vaistažolių arbata	25358	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>7,68</b>	<b>13,18</b>	<b>37,87</b>	<b>300,84</b>
Iš viso dienai:			<b>37,46</b>	<b>26,91</b>	<b>140,74</b>	<b>955,03</b>


 Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
 Direktorė  
 „Spindulėlis“ Dainilė Velmūnskė

2023-10-19

3 savaitė						
Penktadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	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)	31361	150/5	4,51	3,67	28,78	166,19
Raugintų pasukų (0,3 proc.rieb.) kokteilis su uogomis	25362	100	3,05	0,44	20,08	96,49
Kriaušės	63119	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Iš viso maitinimui:			7,80	4,43	60,95	314,84
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)(augalinis)	65540	100	3,23	1,02	11,33	67,43
Žuvies (jūros lydekos) kepinukai (tausojantis)	20759	80	10,71	6,80	4,86	123,43
Biri grikių košė (tausojantis)	31369	70	2,66	2,29	14,57	89,52
Daržovių (aisbergo salota, agurkai, pomidoras) salotos su alyvuogių aliejumi	71955	90	0,87	1,99	3,83	36,68
Vanduo	25364	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Sūrio lazdelė (40 proc.rieb.)	18381	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Iš viso maitinimui:			22,80	16,26	34,67	376,18
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc.rieb.) apkepas su kriaušėmis ir avių sėlenomis (tausojantis)	10658	120	15,83	10,71	16,05	223,91
Grietinės (30 proc.rieb.) ir uogienės padažas	22189	20	0,28	3,00	7,01	56,17
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25361	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			16,11	13,71	23,06	280,09
Iš viso dienai:			46,70	34,40	118,67	971,10



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
Direktorė  
Dovilė Velmuskė

2023-10-19