

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

4-7 m.

be glitimo turinčių produktų

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



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
Direktorė  
Dovilė Velmunskė  
2023-11-03

A handwritten signature in blue ink, appearing to be "Dovilė Velmunskė".

1 savaitė						
Pirmadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės balandos su obuoliais ir braškėmis (tausojantis)	30153	200	9,84	9,61	44,12	302,30
Obuoliai	63124	140	0,56	0,00	13,86	57,68
Nesaldinta vaistažolių arbata	25368	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>10,40</b>	<b>9,61</b>	<b>57,98</b>	<b>359,99</b>
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	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
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	32249	110	17,96	13,27	4,63	209,76
Bulvės (tausojantis)	530	100	2,00	0,10	19,70	87,70
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
Iš viso maitinimui:			<b>23,86</b>	<b>18,35</b>	<b>43,90</b>	<b>436,14</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių ir bananų apkepas (tausojantis)	18669	110	4,52	0,69	58,68	259,02
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)	22195	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Obuoliai	63124	140	0,56	0,00	13,86	57,68
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25371	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>5,19</b>	<b>0,75</b>	<b>74,34</b>	<b>324,89</b>
Iš viso dienai:			<b>33,52</b>	<b>29,66</b>	<b>170,84</b>	<b>1 084,40</b>



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktore  
 Dovilė Velmunskė  
 2023-11-03

1 savaitė						
Antradienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorija (Kcal.)
Sorų kruopų košė su braškėmis (tausojantis) (augalinis)	19389	200/20	5,66	7,51	32,96	222,07
Obuoliai	63124	140	0,56	0,00	13,86	57,68
Nesaldinta kmynų arbata	25369	150	0,30	0,22	0,75	6,14
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,52</b>	<b>7,73</b>	<b>47,57</b>	<b>285,89</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorija (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojantis)	65544	150	1,75	2,16	11,24	71,39
Kiauliena su troškintais kopūstais	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
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>23,12</b>	<b>24,05</b>	<b>46,80</b>	<b>496,09</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorija (Kcal.)
Blynai su obuoliais	18670	125	6,10	9,97	50,88	317,63
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25371	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,10</b>	<b>9,97</b>	<b>50,88</b>	<b>317,64</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>34,63</b>	<b>42,84</b>	<b>139,08</b>	<b>1 080,40</b>



Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
 Direktoriė  
 Dovilė Velmunskė  
 2023-11-03

1 savaitė						
Trečiadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės baltosios su obuoliais ir braškėmis (tausojantis)	30153	200	9,84	9,61	44,12	302,30
Bananai	34655	60	0,60	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta vaistažolių arbata	25368	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,44	9,85	58,16	363,03
Pietūs 12:00 val.						
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
Garuose kepta žuvis (lašiša) (tausojantis)	20760	95	18,03	13,45	3,10	205,58
Virti lęšiai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	22563	80	7,52	7,61	16,10	162,93
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:			30,33	29,30	35,63	527,56
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4727	150	16,59	16,17	1,25	216,90
Ryžių traputis	19039	20	1,64	0,46	15,90	74,30
Agurkai, pomidorai	38927	170	1,45	0,34	7,31	38,08
Nesaldinta kminų arbata	25369	150	0,30	0,22	0,75	6,14
Iš viso maitinimui:			19,97	17,19	25,21	335,42
Iš viso dienai:			51,21	44,53	115,69	1 068,39



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
Direktorė  
Dovilė Velmunske

2023-11-03

1 savaitė						
Ketvirtadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	15045	200	4,78	4,73	58,05	293,89
Kriaušės	63126	90	0,27	0,36	13,59	58,68
Nesaldinta arbatžolių arbata	25370	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,06</b>	<b>5,09</b>	<b>71,64</b>	<b>352,58</b>
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščių sriuba (tausojantis)	65546	150	4,73	3,69	10,44	93,88
Ryžių traputis	19039	20	1,64	0,46	15,90	74,30
Kalakutienos troškiny su daržovėmis (morkomis, žaliais žirneliais) (tausojantis)	38776	70/50	28,01	14,45	7,50	272,08
Šviežių daržovių rinkinukas agurkai, pomidorai)	25412	110	0,89	0,16	4,28	22,12
Alyvuogių aliejus	24447	6	0,00	5,46	0,00	49,14
Vanduo, paskanintas apelsiniais	25373	150	0,06	0,01	0,82	3,59
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>35,33</b>	<b>24,23</b>	<b>38,94</b>	<b>515,11</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių ir bananų apkepas (tausojantis)	18669	110	4,52	0,69	58,68	259,02
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės) (naujas)	22195	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Kriaušės	63126	90	0,27	0,36	13,59	58,68
Nesaldinta arbatžolių arbata	25370	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>4,90</b>	<b>1,11</b>	<b>74,07</b>	<b>325,89</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>42,91</b>	<b>31,59</b>	<b>159,76</b>	<b>1 095,00</b>



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktore  
 Dovilė Velmūnskė  
 2023-11-03

1 savaitė						
Penktadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4727	150	16,59	16,17	1,25	216,90
Ryžių traputis	19039	20	1,64	0,46	15,90	74,30
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
Kriaušės	63126	90	0,27	0,36	13,59	58,68
Iš viso maitinimui:			<b>18,92</b>	<b>16,99</b>	<b>32,42</b>	<b>358,29</b>
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)	6584	150	3,69	4,02	15,28	112,03
Ryžių miltų lietiniai su mėsa (vištienos šlaunelių/kumpelių mėsa)	18671	120	16,82	12,27	43,46	351,59
Daržovių (kopūstų, pomidorų, agurkų) salotos	71965	100	1,14	1,03	5,50	35,83
Vanduo	25374	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			<b>21,65</b>	<b>17,32</b>	<b>64,24</b>	<b>499,46</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės balandos su daržovėmis (tausojantis)	26191	200	11,19	15,18	46,17	366,01
Nesaldinta vaistažolių arbata	25368	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			<b>11,19</b>	<b>15,18</b>	<b>46,17</b>	<b>366,02</b>
Iš viso dienai:			<b>46,67</b>	<b>40,06</b>	<b>141,42</b>	<b>1 112,91</b>


 Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
 Direktore  
 Dovilė Velmunske  
 2023-11-03

2 savaitė

Pirmadienis

## Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	15045	200	4,78	4,73	58,05	293,89
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)	22195	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Obuoliai	63124	140	0,56	0,00	13,86	57,68
Nesaldinta kmynų arbata	25369	150	0,30	0,22	0,75	6,14
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,75</b>	<b>5,01</b>	<b>74,46</b>	<b>365,89</b>

## Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba (tausojantis)(augalinis)	68400	150	0,98	1,40	9,03	52,66
Keptos vištienos šlaunelės (tausojantis)	1153	100	24,72	15,99	1,03	246,94
Virti lęšiai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	22563	80	7,52	7,61	16,10	162,93
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
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>34,09</b>	<b>25,09</b>	<b>33,63</b>	<b>496,62</b>

## Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių ir bananų apkepas (tausojantis)	18669	110	4,52	0,69	58,68	259,02
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)	22195	15	0,11	0,06	1,81	8,18
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>5,19</b>	<b>0,75</b>	<b>74,34</b>	<b>324,88</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>41,99</b>	<b>30,18</b>	<b>169,20</b>	<b>1 116,38</b>



Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
Direktore  
Dovilė Velmunske  
2023-11-03

2 savaitė						
Antradienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijų (Kcal.)
Virtas kiaušinis	374	70	8,89	7,63	0,63	106,75
Konservuoti žirneliai	71961	75	3,30	0,23	9,38	52,73
Ryžių traputis	19039	20	1,64	0,46	15,90	74,30
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
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,03</b>	<b>8,80</b>	<b>53,99</b>	<b>355,23</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijų (Kcal.)
Kopūstų sriuba su avinžirniais (augalinis) (tausojantis)	65549	150	2,58	3,91	16,08	109,81
Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpiu (žemaičiai) (tausojantis)	26193	100/30	12,19	9,88	43,11	310,13
Daržovių rinkinukas (agurkai ir pomidorai)	71966	110	0,95	0,24	4,88	25,48
Alyvuogių aliejus	24438	5	0,00	4,55	0,00	40,95
Vanduo, paskanintas apelsiniais	25373	150	0,06	0,01	0,82	3,59
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,79</b>	<b>18,58</b>	<b>64,89</b>	<b>489,96</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijų (Kcal.)
Ryžių ir lęšių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	13846	200	9,29	5,41	36,62	232,35
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>10,79</b>	<b>6,11</b>	<b>65,45</b>	<b>359,93</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>34,63</b>	<b>31,69</b>	<b>177,60</b>	<b>1 134,09</b>



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktorė  
 Dovilė Velmunske  
 2023-11-03



2 savaitė						
Trečiadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės balandos su obuoliais ir braškėmis (tausojantis)	30153	200	9,84	9,61	44,12	302,30
Alyvuogių aliejus	24446	3	0,00	2,73	0,00	24,57
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25371	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,84</b>	<b>12,34</b>	<b>44,12</b>	<b>326,88</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba (tausojantis)	65550	150	1,57	2,60	14,00	85,67
Žuvies (jūros lydekos) maltinis (tausojantis)	21683	80	15,59	6,45	11,41	166,08
Bulvės	530	100	2,00	0,10	19,70	87,70
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, konservuoti agurkai)	25414	110	0,94	0,07	8,24	37,35
Kriaušės	63128	120	0,36	0,48	17,97	77,59
Vanduo paskanintas citrina	25375	150	0,09	0,02	0,80	3,77
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,55</b>	<b>9,72</b>	<b>72,11</b>	<b>458,16</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių miltų blynai	18672	100	5,67	7,37	48,02	281,10
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>6,08</b>	<b>7,83</b>	<b>64,92</b>	<b>354,49</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>31,86</b>	<b>29,53</b>	<b>191,80</b>	<b>1 160,39</b>


  
 Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktoriė  
 Dovilė Velmuskė  
 2023-11-03

2 savaitė						
Ketvirtadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijo (Kcal.)
Sorų kruopų košė su avietėmis (tausojantis) (augalinis)	18090	200/20	5,76	7,55	34,44	228,75
Obuoliai	63124	140	0,56	0,00	13,86	57,68
Nesaldinta kmylių arbata	25369	150	0,30	0,22	0,75	6,14
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,62</b>	<b>7,77</b>	<b>49,05</b>	<b>292,57</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijo (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.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijo (Kcal.)
Ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	15045	200	4,78	4,73	58,05	293,89
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>4,89</b>	<b>4,79</b>	<b>59,85</b>	<b>302,08</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>43,11</b>	<b>34,61</b>	<b>176,34</b>	<b>1 189,22</b>


 Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
 Direktore  
 Dovilė Velmunske  
 2023-11-03

2 savaitė						
Penktadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išleiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių ir lęšių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	13846	200	9,29	5,41	36,62	232,35
Kepti obuoliai įdaryti uogiene (tausojantis)	18376	140	0,56	0,00	37,28	151,40
Nesaldinta vaistažolių arbata	25368	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,86</b>	<b>5,41</b>	<b>73,90</b>	<b>383,76</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išleiga	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
Šutinta vištienos filė su žalumynais (tausojantis)	38780	120	26,76	3,30	0,13	137,29
Biri ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	21778	90	2,87	1,64	26,39	131,80
Alyvuogių aliejus	24438	5	0,00	4,55	0,00	40,95
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
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>35,26</b>	<b>12,62</b>	<b>48,91</b>	<b>450,22</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išleiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	12161	200	4,32	8,21	40,09	251,52
Alyvuogių aliejus	24438	5	0,00	4,55	0,00	40,95
Melionai	35318	200	0,80	0,00	12,20	52,00
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25371	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,12</b>	<b>12,76</b>	<b>52,29</b>	<b>344,48</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>47,22</b>	<b>30,43</b>	<b>198,60</b>	<b>1 257,16</b>



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktoriė  
 Dovilė Velmunske  
 2023-11-03

3 savaitė						
Pirmadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijo (Kcal.)
Sorų kruopų košė su braškėmis (tausojantis) (augalinis)	19389	200/20	5,66	7,51	32,96	222,07
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>6,45</b>	<b>7,73</b>	<b>58,98</b>	<b>331,30</b>
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijo (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	65552	150	1,13	1,39	7,49	46,98
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>21,29</b>	<b>19,53</b>	<b>43,13</b>	<b>433,45</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijo (Kcal.)
Ryžių miltų blynai	18672	100	5,67	7,37	48,02	281,10
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)	22195	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Vynuogės	63127	110	0,77	0,22	19,80	84,26
Nesaldinta kmynų arbata	25369	150	0,30	0,22	0,75	6,14
Iš viso maitinimui:			<b>6,84</b>	<b>7,87</b>	<b>70,37</b>	<b>379,68</b>
Iš viso dienai:			<b>33,49</b>	<b>36,23</b>	<b>166,43</b>	<b>1 125,73</b>



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktoriė  
 Dovilė Vėlmuuskė  
 2023-11-03

3 savaitė

Antradienis

**Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijo (Kcal.)
Bolivinės balandos su obuoliais ir braškėmis (tausojantis)	30153	200	9,84	9,61	44,12	302,30
Alyvuogių aliejus	24438	5	0,00	4,55	0,00	40,95
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25371	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,84</b>	<b>14,16</b>	<b>44,12</b>	<b>343,26</b>

**Pietūs 12:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijo (Kcal.)
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	65553	150	4,11	3,23	15,75	108,54
Bulvių plokštainis su kalakutiena	26180	155/65	21,90	9,60	55,00	393,96
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
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>27,05</b>	<b>13,09</b>	<b>76,43</b>	<b>531,75</b>

**Vakarienė 15:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijo (Kcal.)
Obuolių ir bananų apkepas (tausojantis)	18669	110	4,52	0,69	58,68	259,02
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)	22195	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Bananai	34655	60	0,60	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25371	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,23</b>	<b>0,99</b>	<b>74,52</b>	<b>327,93</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>36,03</b>	<b>30,31</b>	<b>196,05</b>	<b>1 201,14</b>



Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
Direktore  
Dovilė Velmuskė

2023-11-03

3 savaitė						
Trečiadienis						
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4727	150	16,59	16,17	1,25	216,90
Ryžių traputis	19039	20	1,64	0,46	15,90	74,30
Agurkai	72916	60	0,46	0,00	1,82	9,10
Bananai	34655	60	0,60	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta vaistažolių arbata	25368	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,28</b>	<b>16,87</b>	<b>33,01</b>	<b>361,03</b>
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	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
Ryžių traputis	19039	20	1,64	0,46	15,90	74,30
Vištienos filė troškinta su daržovėmis (šparaginėmis pupelėmis ir morkomis) (tausojantis)	38781	100	18,28	0,04	2,99	85,49
Biri ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	21778	90	2,87	1,64	26,39	131,80
Alyvuogių aliejus	24438	5	0,00	4,55	0,00	40,95
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>26,11</b>	<b>8,96</b>	<b>64,10</b>	<b>441,50</b>
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės balandos su daržovėmis (tausojantis)	26191	200	11,19	15,18	46,17	366,01
Nesaldinta vaisinė arbata	15471	150	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,19</b>	<b>15,18</b>	<b>46,17</b>	<b>366,04</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>51,77</b>	<b>34,11</b>	<b>184,07</b>	<b>1 250,33</b>



Kauno lopšelis-darželis „Spindulėlis“  
 Direktore  
 Dovilė Vėlmunskė  
 2023-11-03

3 savaitė						
Ketvirtadienis						
<b>Pusryčiai 08:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	15045	200	4,78	4,73	58,05	293,89
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>5,14</b>	<b>5,21</b>	<b>76,02</b>	<b>371,49</b>
<b>Pietūs 12:00 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	36188	150	4,90	0,73	16,74	93,13
Virti kukurūzų makaronai su maltu kiaulienos kumpiu (tausojantis)	32261	90/70	19,39	6,74	43,18	310,95
Alyvuogių aliejus	24438	5	0,00	4,55	0,00	40,95
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>25,26</b>	<b>12,21</b>	<b>65,00</b>	<b>470,93</b>
<b>Vakarienė 15:30 val.</b>						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynėliai su cukinijomis	18674	150	5,75	14,00	47,31	338,27
Nesaldinta vaistažolių arbata	25368	150	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,75</b>	<b>14,00</b>	<b>47,31</b>	<b>338,28</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>35,10</b>	<b>30,66</b>	<b>182,50</b>	<b>1 146,29</b>



Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
Direktorė  
Dovilė Velmuskė

2023-11-03

3 savaitė

Penktadienis

## Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bolivinės balandos su obuoliais ir braškėmis (tausojantis)	30153	200	9,84	9,61	44,12	302,30
Kriaušės	32002	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25371	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,08	9,93	56,20	354,47

## Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	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
Virti ryžiai plikyti (augalinis) (tausojantis)	2672	70	2,71	0,13	24,88	111,54
Alyvuogių aliejus	24438	5	0,00	4,55	0,00	40,95
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
Iš viso maitinimui:			26,82	20,07	54,19	504,62

## Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių ir bananų apkepas (tausojantis)	18669	110	4,52	0,69	58,68	259,02
Trintos šaldytos/ šviežios uogos su cukrumi (braškės)	22195	15	0,11	0,06	1,81	8,18
Kriaušės	63126	90	0,27	0,36	13,59	58,68
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	25371	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,90	1,11	74,07	325,89
Iš viso dienai:			38,24	28,63	182,12	1 139,06



Kauno lopšelio-darželio „Spindulėlis“  
Direktorė  
Dovilė Velmūnškė

2023-11-03