Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas“

Birželio 23-iosios g.21, Kaunas

(Įstaigos pavadinimas, adresas)

TVIRTINU
Direktorė
Renata Danaitienė
2021-11-10

15 DIENŲ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-7 METŲ

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Be pieno ir jo produktų, išskyrus jogurtą ir kefyrą, pomidoro, paprikos, riešutų, saulėgrąžų, ramunėlių,čiobrelių medetkų ir medaus. Kas trečią - ketvirtą dieną galima lęšiai, avietės ir vištos kiaušiniai.

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.00 iki 19.00 val.

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
5-ių grūdų kruopų košė (tausojantis) (augaliinis)	9350	200,00	4,86	5,54	32,57	199,55
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Vynuogės	5276	140,00	0,98	0,28	25,20	107,24
Iš viso maitinimui:			**6,00**	**5,93**	**58,17**	**310,07**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (augalinis) (tausoja	17771	150,00	5,98	4,08	18,05	132,87
Netikras zuikis (tausojantis)	7241	90,00	18,14	16,92	5,64	247,36
Perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	13880	80	2,21	1,29	17,52	90,5
Daržovių rinkinukas: morka, cukinija, kukurūzų burbuolė	17242	80,00	1,33	0,21	8,97	43,03
Vanduo paskanintas citrina	8190	200,00	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso maitinimui:			**27,78**	**22,53**	**51,25**	**518,79**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sklindžiai su bananais	7906	150,00	6,50	8,89	51,64	312,6
Arbata vaisinė (nesaldinta)	1052	150,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			**6,51**	**8,9**	**51,65**	**312,77**
		Iš viso:	40,29	37,36	161,07	1141,63

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas"
KAUNAS
Direktorė
Renata Danaitienė

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	9368	200,00	3,40	4,95	38,76	213,19
Trintos uogos	12458	20,00	0,14	0,08	6,06	25,50
Vynuogės	15319	100,00	0,77	0,22	19,8	84,26
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Iš viso maitinimui:			**4,47**	**5,37**	**65,02**	**326,22**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	17874	150,00	2,31	2,66	19,48	111,10
Viso grūdo duona	518	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Kiaulienos nugarinės kepsnys (tausojantis)	7759	90,00	17,56	9,54	8,85	191,47
Biri grikių košė (tausojantis)	9243	80,00	3,04	3,70	16,66	112,08
Daržovių rinkinukas: salota, agurkas, ridikas	29980	85,00	0,78	0,05	2,44	13,29
Vanduo paskanintas citrina	8190	200,00	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso maitinimui:			**25,64**	**16,28**	**62,18**	**497,71**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	9253	200,00	5,15	11,57	35,50	266,73
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Kiviai	5586	60,00	0,54	0,24	8,88	39,84
Iš viso maitinimui:			**5,85**	**11,93**	**44,78**	**309,84**
		Iš viso:	35,96	33,58	171,98	1133,77

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas"
KAUNAS
Direktorė Renata Danaitienė

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**	**Patiekalo ar gaminio maistinė vertė**			
			Baltymai	**Riebalai**	**Angliavandeniai**	**Kilokalorijos (Kcal.)**
Bulvių-brokolių košė (augalinis) (tausojantis)	14107	200,00	4,85	4,95	27,14	172,51
Traputis kukurūzų	6089	12,00	1,10	0,66	8,70	45,16
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Bananai	460	150,00	1,50	0,60	35,10	151,80
Iš viso maitinimui:			**7,61**	**6,33**	**71,34**	**372,74**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**	**Patiekalo ar gaminio maistinė vertė**			
			Baltymai	**Riebalai**	**Angliavandeniai**	**Kilokalorijos (Kcal.)**
Daržovių sriuba su kvietinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	17775	150,00	2,55	3,68	20,03	123,42
Kepta su garais žuvis (lašiša) (tausojantis)	1537	110,00	19,76	13,34	2,14	207,65
Bulvių košė (tausojantis)	14108	120,00	2,6	5,13	25,61	159,01
Daržovių rinkinukas: salota, agurkas, ridikas	33799	115,00	1,04	0,06	3,3	17,9
Vanduo paskanintas apelsinu	8233	200,00	0,09	0,01	1,17	5,13
Iš viso maitinimui:			**26,04**	**22,22**	**52,25**	**513,11**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**	**Patiekalo ar gaminio maistinė vertė**			
			Baltymai	**Riebalai**	**Angliavandeniai**	**Kilokalorijos (Kcal.)**
Sorų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	9901	200,00	6,60	7,06	38,12	242,38
Arbata vaisinė (nesaldinta)	1052	150,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Traputis kukurūzų	6089	12,00	1,10	0,66	8,70	45,16
Obuoliai	5611	120,00	0,48	0,00	11,88	49,44
Iš viso maitinimui:			**8,19**	**7,73**	**58,71**	**337,15**
		Iš viso:	41,84	36,28	182,3	1223

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas"
KAUNAS
Direktorė
Renata Dancitienė

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	13345	200,00	4,40	12,28	32,35	257,50
Traputis kukurūzų	6089	12,00	1,10	0,66	8,70	45,16
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Iš viso maitinimui:			**5,66**	**13,06**	**41,45**	**305,93**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba (kalafiorai) (augalinis) (tausojantis)	28923	150,00	3,92	5,21	11,05	106,73
Viso grūdo duona	518	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Maltas kalakutienos šnicelis (tausojantis)	8444	80,00	14,81	10,20	5,36	172,47
(tausojantis)	13880	80,00	2,21	1,29	17,52	90,50
Daržovių rinkinukas: salota, agurkas, ridikas	29980	85,00	0,78	0,05	2,44	13,29
Vanduo paskanintas citrina	8190	200,00	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso maitinimui:			**23,67**	**17,08**	**51,12**	**452,76**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių košė (tausojantis)	14108	120,00	2,60	5,13	25,61	159,01
Kefyras 2,5 proc.	768	150,00	4,80	3,75	6,00	76,95
Bananai	5878	140,00	1,40	0,56	32,76	141,68
Iš viso maitinimui:			**8,80**	**9,44**	**64,37**	**377,64**
		Iš viso:	38,13	39,58	156,94	1136,33

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas" KAUNAS
Direktorė Renata Danaitienė

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	15549	120,00	7,45	7,85	36,97	248,31
Arbata vaisinė (nesaldinta)	1052	150,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Nesaldintas jogurtas	733	120,00	5,16	4,20	7,08	86,76
Iš viso maitinimui:			**12,69**	**18,17**	**44,16**	**390,91**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su moliūgu ir šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	17779	150,00	1,31	3,11	9,08	69,53
Lietiniai su mėsa (vištiena)	5062	70/50	18,27	13,25	42,41	361,94
Daržovių rinkinukas: salota, agurkas, ridikas	33416	120,00	1,08	0,06	3,43	18,56
Vanduo paskanintas apelsinu	8233	200,00	0,09	0,01	1,17	5,13
Iš viso maitinimui:			**20,75**	**16,43**	**56,09**	**455,16**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
(augalinis)	7916	130,00	7,05	6,45	55,55	308,42
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Kriaušės	262	70,00	0,21	0,28	10,57	45,64
Iš viso maitinimui:			**7,42**	**6,85**	**66,52**	**357,33**
		Iš viso:	40,86	41,45	166,77	1203,4

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas"
KAUNAS
Direktorė
Renata Dancitienė

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	13469	200,00	5,15	11,57	35,50	266,73
Arbata vaistažolių (nesaldinta)	8231	200,00	0,01	0,00	0,01	0,08
Ananasai	7715	150,00	0,45	0,60	18,45	81,00
Iš viso maitinimui:			**5,61**	**12,17**	**53,96**	**347,81**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba su lęšiais (augalinis) (tausojantis)	28191	150,00	4,21	4,69	13,08	111,45
Viso grūdo duona	518	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Karališki balandėliai (kiauliena) (tausojantis)	12549	60/40	8,85	8,15	6,17	133,47
Bulvių košė (tausojantis)	13754	80,00	1,50	1,90	14,78	82,16
Daržovių rinkinukas: agurkai, salota, kukurūzai	33404	90,00	1,38	0,21	7,74	38,37
Vanduo paskanintas citrina	8190	200,00	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso maitinimui:			**17,89**	**15,28**	**56,52**	**435,22**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių plokštainis	12019	200,00	5,23	6,27	51,06	281,59
Arbata vaisinė (nesaldinta)	1052	150,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Obuoliai	260	90	0,36	0	8,91	37,08
Iš viso maitinimui:			**5,6**	**6,28**	**59,98**	**318,84**
		Iš viso:	**29,1**	**33,73**	**170,46**	**1101,87**

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas" KAUNAS

Direktorė Renata Danaitienė

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	9380	200,00	3,28	5,16	30,17	180,22
Trintos uogos	12458	20	0,14	0,08	6,06	25,5
Bananai	460	150	1,5	0,6	35,1	151,8
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Iš viso maitinimui:			**5,08**	**5,96**	**71,73**	**360,79**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
kruopomis (augalinis) (tausojantis)	28294	150,00	2,40	5,23	20,45	138,47
Viso grūdo duona	518	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
(tausojantis)	14493	90,00	17,30	7,20	0,39	135,58
Biri grikių košė (tausojantis)	15548	80,00	3,02	4,02	16,63	114,8
Daržovių rinkinukas: agurkas, ridikas, salota	29980	85	0,78	0,05	2,44	13,29
Vanduo paskanintas apelsinu	8233	200,00	0,09	0,01	1,17	5,13
Iš viso maitinimui:			**25,424**	**16,81**	**54,76**	**472,01**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sklindžiai su bananais (augalinis)	7906	150,00	6,50	8,89	54,64	312,6
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Iš viso maitinimui:			**6,66**	**9,01**	**55,04**	**315,87**
Iš viso:			**37,164**	**31,78**	**181,53**	**1148,67**

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas"
KAUNAS
Direktorė
Renata Danaitienė

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	9257	200,00	5,00	8,09	25,92	196,47
Traputis kukurūzų	6089	12,00	1,10	0,66	8,70	45,16
Arbata vaisinė (nesaldinta)	1052	150,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Apelsinai	5762	70,00	1,98	0,22	25,74	112,86
Iš viso maitinimui:			**8,09**	**8,98**	**60,37**	**354,66**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su kvietinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	28920	150,00	2,40	5,16	18,47	129,94
Viso grūdo duona	518	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Žuvies maltinukas (tausojantis)	4815	90,00	14,26	10,77	10,48	195,89
Bulvių košė (tausojantis)	13754	80,00	1,50	1,90	14,78	82,16
Daržovių rinkinukas: cukinija, morka, kukurūzų burbuolė	25544	85,00	1,39	0,21	9,14	43,99
Vanduo paskanintas braškėmis	8285	150,00	0,07	0,04	0,54	2,80
Iš viso maitinimui:			**21,45**	**18,38**	**67,09**	**519,52**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sorų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	9901	200,00	6,60	7,05	38,12	242,37
Trintos uogos	12458	20,00	0,14	0,08	6,06	25,50
Kriaušės	261	70,01	0,21	0,28	10,56	45,63
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Iš viso maitinimui:			**7,11**	**7,53**	**55,14**	**313,52**
		Iš viso:	**36,65**	**34,89**	**182,6**	**1187,7**

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas"
KAUNAS
Direktorė
Renata Dancitienė

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	9260	160,00	6,05	9,68	33,26	244,35
Arbata vaisinė (nesaldinta)	1052	150,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Vynuogės be kauliukų	5718	130,00	0,91	0,26	23,40	99,58
Iš viso maitinimui:			**6,97**	**9,95**	**56,67**	**344,10**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	28926	150,00	4,49	3,85	17,85	124,03
Viso grūdo duona	518	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Troškintas jautienos guliašas (tausojantis)	12676	90,00	13,65	15,00	0,90	193,23
Biri ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	15666	70,00	2,02	1,47	18,54	95,48
Daržovių rinkinukas: ridikėlis, salotos	23611	80,00	0,32	0,02	0,85	4,87
Vanduo paskanintas citrina	8190	200,00	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso maitinimui:			**22,43**	**20,67**	**52,89**	**487,38**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	9368	200,00	3,40	4,95	38,76	213,19
Trintos uogos	706	20,00	0,14	0,08	6,06	25,50
Kriaušės	13369	140,00	0,42	0,56	21,14	91,28
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Iš viso maitinimui:			**4,12**	**5,71**	**66,35**	**333,24**
		iš viso:	**33,52**	**36,33**	**175,91**	**1164,72**

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas" KAUNAS

Direktorė
Renata Danaitienė

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių-brokolių košė (tausojantis) (augalinis)	14107	200,00	4,85	5,86	27,14	180,7
Traputis kukurūzų	6089	12,00	1,10	0,66	8,70	45,16
Arbata vaisinė (nesaldinta)	1052	150,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Bananai	25218	120,00	1,20	0,48	28,08	121,44
Iš viso maitinimui:			**7,16**	**7,01**	**63,93**	**347,47**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba (cukinija) (augalinis) (tausojantis)	17791	150,00	1,37	3,11	8,15	66,05
Viso grūdo duona	518	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Kalakuto filė kepsnys (tausojanti	14643	80,00	15,67	7,38	0,00	129,11
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	9262	80,00	2,06	3,9	14,2	100,11
Daržovių rinkinukas: aisbergo salota, morka, agurkas	17262	80,00	0,71	0,05	3,82	18,57
Ananasai	7715	150	0,45	0,6	18,45	81
Vanduo paskanintas apelsinu	8233	200,00	0,09	0,01	1,17	5,13
Iš viso maitinimui:			**22,18**	**15,35**	**59,47**	**464,71**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	13345	200,00	4,40	12,28	32,35	257,50
Traputis kukurūzų	6089	12,00	1,10	0,66	8,70	45,16
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Obuoliai	5611	120,00	0,48	0,00	11,88	49,44
Iš viso maitinimui:			**6,14**	**13,06**	**53,33**	**355,37**
		Iš viso:	35,48	35,42	176,73	1167,55

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas" KAUNAS

Direktorė Irata Danaitienė

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sorų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	9901	200,00	6,60	7,06	38,12	242,38
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Bananai	5878	140,00	1,40	0,56	32,76	141,68
Iš viso maitinimui:			**8,16**	**7,73**	**71,28**	**387,33**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	28623	150,00	4,71	5,2	13,95	121,46
Troškinys su bulvėmis (tausojant	12738	170,00	13,09	9,80	8,37	174,07
Daržovių rinkinukas: paprika, agurkas, ridikas, cukinija	33425	170,00	1,57	0,10	4,83	26,46
Vynuogės	15319	100,00	0,77	0,03	19,80	84,26
Vanduo paskanintas citrina	8190	200,00	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso maitinimui:			**20,26**	**15,16**	**48,02**	**411,28**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sklindžiai su obuoliais (augalinis	7916	130,00	7,05	6,45	55,55	308,42
Trintos uogos	12458	20,00	0,14	0,08	6,06	25,50
Arbata vaisinė (nesaldinta)	1052	150,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Obuoliai	5611	120,00	0,48	0,00	11,88	49,44
Iš viso maitinimui:			**7,68**	**6,54**	**73,50**	**383,53**
Iš viso:			**36,1**	**29,43**	**192,8**	**1182,14**

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas"
KAUNAS

Direktorė
Danguta Danaitienė

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trijų grūdų kruopų košė (tausojanti) (augaline)	13998	200,00	5,85	5,60	35,35	215,22
Trintos uogos	12458	20,00	0,14	0,08	6,06	25,50
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
kriaušės	262	70,00	0,21	0,28	10,57	45,64
Iš viso maitinimui:			**6,36**	**6,08**	**52,38**	**289,63**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba (moliūgas) (augalinis) (tausojantis)	18039	150,00	1,13	5,09	9,56	88,59
Viso grūdo duona	518	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Paukštienos file kukulis (tausojan	14715	90,00	14,79	5,41	0,77	110,89
Biri grikių košė (tausojantis)	9243	80,00	3,04	3,70	16,66	112,08
Daržovių rinkinukas: konservuoti žirneliai	28508	85,00	3,74	0,26	10,63	59,76
Vanduo paskanintas apelsinu	8233	200,00	0,09	0,01	1,17	5,13
Iš viso maitinimui:			**24,62**	**14,77**	**52,47**	**441,19**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių troškinys (žirneliai, svogūnai, bulvės) (augalinis) (tausojantis)	11936	140,00	3,15	6,46	19,31	147,94
Traputis kukurūzų	6089	12,00	1,10	0,66	8,70	45,16
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Bananai	5878	140,00	1,40	0,56	32,76	141,68
Iš viso maitinimui:			**5,81**	**7,8**	**61,17**	**338,05**
		iš viso:	**36,79**	**28,65**	**166,02**	**1068,87**

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas"
KAUNAS
direktorė Renata Dancitienė

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių-morkų košė (tausojanti) (augaline)	14253	200,00	3,30	4,75	32,89	187,51
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
kriaušės	262	70,00	0,21	0,28	10,57	45,64
Obuoliai	5611	120,00	0,48	0,00	11,88	49,44
Iš viso maitinimui:			**4,15**	**5,15**	**55,74**	**285,86**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta brokolių sriuba (augalinis) (tausojantis)	28756	150,00	1,008	4,59	4,94	65,15
Viso grūdo duona	518	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Troškinta vištienos blauzdelė (tausojantis)	8595	90,00	20,44	13,87	1,32	211,93
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	15548	70,00	3,02	4,02	16,63	114,8
Daržovių rinkinukas: agurkas, morkos, salotos	17536	80,00	0,41	0,02	2,92	13,50
Vanduo paskanintas citrina	8190	200,00	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso maitinimui:			**26,828**	**22,83**	**40,56**	**475,15**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sklindžiai su bananais (augalinis)	7906	150,00	6,50	8,89	51,64	312,60
Arbata vaisinė (nesaldinta)	1052	150,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Ananasai	7715	150,00	0,45	0,60	18,45	81,00
Iš viso maitinimui:			**6,96**	**9,5**	**70,1**	**393,77**
		iš viso:	**37,938**	**37,48**	**166,4**	**1154,78**

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas"
KAUNAS
Direktorė
Renata Danaitienė

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sorų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	9901	200,00	6,60	7,06	38,12	242,38
Traputis ryžių	2442	12,00	0,98	0,28	9,54	44,58
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Melionai	462	250,00	1,00	0,00	15,25	65,00
Iš viso maitinimui:			**8,74**	**7,45**	**63,31**	**355,23**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	17785	150,00	2,55	5,24	22,01	145,44
Viso grūdo duona	518	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Kalakuto filė kepsnys (tausojanti	14643	80,00	15,67	7,38	0,00	129,11
Bulvių košė (tausojantis)	13754	80,00	1,50	1,90	14,78	82,16
Daržovių rinkinukas: salota, agurkas, ridikas	29980	85,00	0,78	0,05	2,44	13,29
Vanduo paskanintas apelsinu	8233	200,00	0,09	0,01	1,17	5,13
Iš viso maitinimui:			**22,42**	**14,88**	**54,08**	**439,87**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	13469	200,00	5,15	11,57	35,50	266,73
Traputis kukurūzų	6089	12,00	1,10	0,66	8,70	45,16
Arbata kmynų (nesaldinta)	1244	150,00	0,16	0,12	0,40	3,27
Iš viso maitinimui:			**6,41**	**12,35**	**44,6**	**315,16**
iš viso:			**37,57**	**34,68**	**161,99**	**1110,26**

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas"
KAUNAS
Direktorė
Renata Danaitienė

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	9368	200,00	3,40	4,95	38,76	213,19
Trintos uogos	12458	20,00	0,14	0,08	6,06	25,50
Kriaušės	13369	140	0,42	0,56	21,14	91,28
Arbata vaisinė (nesaldinta)	1052	150,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			**3,97**	**5,6**	**65,97**	**330,14**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	18043	150,00	3,46	6,23	14,25	126,95
Viso grūdo duona	518	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Troškinta žuvis (tausojantis) (jūros lydeka)	4910	90,00	14,39	6,22	2,07	121,83
Perlinių kruopų košė (tausojantis	9366	80,00	2,21	1,29	17,52	90,50
Daržovių rinkinukas: salota, agurkas, ridikas	29980	85,00	0,78	0,05	2,44	13,29
Vanduo paskanintas citrina	8190	200,00	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso maitinimui:			**22,79**	**14,12**	**51,03**	**422,34**

Vakarienė 15:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių troškinys (žirneliai, svogūnai, bulvės) (augalinis)	11936	140,00	3,15	6,46	19,31	147,94
Traputis kukurūzų	6089	12,00	1,10	0,66	8,70	45,16
Arbata vaisinė (nesaldinta)	1052	150,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Apelsinai	5762	70,00	1,98	0,22	25,74	112,86
Iš viso maitinimui:			**6,24**	**7,35**	**53,76**	**306,13**
		iš viso:	33	27,07	170,76	1058,61

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Kūlverstukas"
KAUNAS
Direktorė
Renata Danaitienė