



**VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO
„AUKSINIS RAKTELIS“ DIREKTORIUS**

**ĮSAKYMAS
DĖL 15 DIENŲ VALGIARAŠČIŲ PATVIRTINIMO**

2023 m. kovo ___ d. Nr. V-
Visaginas

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2018 m. balandžio 10 d. įsakymu Nr. V-394 „Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo Nr. V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimo“,

1. t v i r t i n u Visagino vaikų lopšelio-darželio „Auksinis raktelis“ 15 dienų valgiaraščius ir 15 dienų pritaikyto maitinimo valgiaraščius (pridedama);

2. p a v e d u įsakymo vykdymo kontrolę maitinimo organizavimo specialistei Taidai Kringelienei;

3. l a i k a u negaliojančiu Visagino vaikų lopšelio-darželio „Auksinis raktelis“ direktoriaus 2022-09-27 įsakymą Nr. V-45 „Dėl 15 dienų valgiaraščių patvirtinimo“.

Direktorė

Elena Čekienė

TVIRTINU
Direktorė
Elena Čekienė

202__ m. _____ mėn. _____ d.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

Įstaigos darbo laikas
Nuo 07.00 iki 17.30 val.

Pastaba. Galimi nereikšmingi keitimai, t.y. pakeisti vieną maisto produktą tos pačios maisto produktų grupės kitu maistu, kai mitybinė vertė nepablogėja, o energetinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimt procentų. Taip pat patiekalai keičiami atsižvelgiant į sezoniškumą (pvz. burokėlių sriubą į šaltibarščius ir pan.). Vaisiai išduodami pagal sezoniškumą.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė (T)	K-1	150	4,36	3,29	27,96	156,78
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Pienas	G-1	100	2,90	2,50	4,70	53,00
Iš viso:			7,78	6,31	49,56	294,28

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lašišos sriuba (T)	S-1	100	3,76	7,76	2,58	89,15
Troškintas kiaulienos vyniotinis su morkų įdaru (T)	A-1	60	11,91	5,75	3,37	112,47
Virtos bulvės (T)	PG-1	80	1,62	0,16	13,20	59,94
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	40	0,97	1,16	4,52	29,48
Pomidorų salotos	SL-2	40	0,56	1,00	2,26	17,63
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Razinų kompotas	G-8	150	0,53	0,12	13,73	53,82
Iš viso:			20,72	16,21	50,04	405,28

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	PV-1	175	8,39	9,36	43,98	280,44
Melisos arbata	G-16	150				
Iš viso:			8,39	9,36	43,98	280,44
Iš viso (dienos davinio):			36,88	31,88	143,59	980,00

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su bananais (T)	K-2	150	6,44	4,82	28,62	176,92
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Čiobrelių arbata	G-2	150				
Iš viso:			6,96	5,34	45,52	261,42

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis (T)	S-2	104	0,87	2,27	6,37	47,16
Kalakutienos kukuliukai (T)	A-2	70	15,62	3,54	3,60	108,46
Troškinti ryžiai su ciberžole (T)	PG-2	80	2,11	1,25	20,21	99,53
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,70	3,27	8,52	65,29
Kopūstų salotos su morkomis (su aliejumi)	SL-1	40	0,53	2,07	2,24	26,51
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	150	0,13	0,13	4,08	16,52
Iš viso:			22,35	12,78	55,40	406,27

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omlėtas su sūriu, žaliaisiais žirneliais ir pomidorais (T)	PV-3	175	14,90	14,10	12,35	228,67
Kakava su pienu	G-17	150	2,95	2,64	5,11	51,85
Iš viso:			17,85	16,74	17,46	280,52
Iš viso (dienos davinio):			47,16	34,87	118,38	948,21

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (T)	K-3	150	3,37	5,80	23,01	159,10
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Raudonoji arbata	G-3	150				
Iš viso:			3,89	6,32	39,91	243,60

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (T)	S-3	104	1,77	2,40	11,92	77,00
Keptas jūros lydekos apkepas (T)	A-3	60	11,79	2,96	6,59	101,13
Bulvių košė su svogūnais	PG-3	80	1,70	1,45	11,25	63,20
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	60	0,63	2,78	5,16	42,43
Burokėlių salotos	SL-3	40	0,61	1,54	3,69	27,80
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių – kmynų gėrimas	G-9	150	0,27	0,22	8,00	36,33
Iš viso:			18,15	11,60	56,99	390,69

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai su vaniliniu padažu	PV-2	150	10,43	6,31	49,21	281,93
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	150				
Iš viso:			10,43	6,31	49,21	281,93
Iš viso (dienos davinio):			32,48	24,24	146,12	916,23

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė (T)	K-4	150	4,84	3,58	28,70	160,13
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Pienas	G-1	100	2,90	2,50	4,70	53,00
Iš viso:			8,26	6,60	50,30	297,63

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su vištienos gabaliukais ir žirneliais (T)	S-4	100	3,46	1,30	1,75	31,75
Veršienos befstrogenas (T)	A-4	80	9,88	5,96	4,20	107,11
Virti griekiai (T)	PG-4	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Šaldytų daržovių troškinys (T)	DG-4	50	0,61	0,11	2,59	16,50
Kopūstų – morkų – salierų salotos	SL-4	40	0,55	2,07	2,35	26,81
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Šaldytų uogų kompotas	G-10	150	0,32	0,65	3,98	16,58
Iš viso:			21,24	11,60	52,96	381,15

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai su sviesto – grietinės padažu (T)	PV-4	130	16,57	12,24	27,10	278,71
Ramunėlių arbata	G-19	150				
Iš viso:			16,57	12,24	27,10	278,71
Iš viso (dienos davinio):			46,07	30,43	130,37	957,49

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška bolivinės baltos ir obuolių košė su šaldytomis uogomis (T)	K-14	135	4,81	2,79	31,84	171,57
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	150	0,04	0,02	0,46	1,55
Iš viso:			5,37	3,33	49,20	257,62

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (T)	S-5	104	3,84	2,43	10,66	73,97
Keptas vištienos maltinukas (T)	A-5	60	13,90	2,45	3,31	90,47
Bulvių košė	PG-5	80	1,67	1,43	11,32	64,18
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	60	1,08	1,14	7,78	40,97
Morkų ir obuolių salotos	SL-5	40	0,22	2,11	4,30	34,63
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Džiovintų abrikosų kompotas	G-14	150	0,57	0,07	8,25	33,14
Iš viso:			22,65	9,89	56,00	380,16

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės suflė su trintais persikais (T)	PV-5	160	17,02	14,81	20,29	279,09
Kmynų arbata	G-20	150	0,16	0,12	0,40	2,66
Iš viso:			17,18	14,93	20,68	281,75
Iš viso (dienos davinio):			45,20	28,15	125,88	919,53

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su bananiniu padažu (T)	K-10	150	2,96	2,18	32,93	160,27
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Pienas	G-1	100	2,90	2,50	4,70	53,00
Iš viso:			6,38	5,20	54,53	297,77

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su jūros lydekos kukuliais (T)	S-6	104	2,81	1,43	5,87	46,81
Balandėliai su kiauliena ir daržovėmis (T)	A-6	95	15,49	10,04	5,95	174,52
Bulvių košė su morkomis	PG-7	80	1,55	1,44	10,46	58,54
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	40	0,97	1,16	4,52	29,48
Morkų salotos	SL-11	40	0,49	1,14	3,45	22,53
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių gėrimas	G-12	150	0,08	0,08	7,50	33,00
Iš viso:			22,76	15,55	48,12	407,67

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronų ir varškės apkepas su džemu (T)	PV-6	200	11,51	10,23	33,68	273,16
Melisos arbata	G-16	150				
Iš viso:			11,51	10,23	33,68	273,16
Iš viso (dienos davinio):			40,66	30,97	136,33	978,60

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė (T)	K-5	150	6,63	6,11	28,34	192,54
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Erškėtrožių ir šaltalankių arbata	G-5	150				
Iš viso:			7,15	6,63	45,24	277,04

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (T)	S-7	104	0,78	2,26	5,60	45,09
Kalakutienos šnicelis (T)	A-7	60	13,14	3,17	0,74	83,71
Virti ryžiai (T)	PG-6	80	2,13	1,27	23,04	110,08
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,70	3,27	8,52	65,29
Kopūstų salotos su obuoliais	SL-7	40	0,48	2,07	2,40	27,44
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Razinų – abrikosų kompotas	G-13	150	0,23	0,06	4,95	19,52
Iš viso:			19,84	12,37	55,63	393,92

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su dešrele, žirneliais ir pomidorais (T)	PV-7	150	11,45	16,55	10,30	229,00
Kakava su pienu	G-17	150	2,95	2,64	5,11	51,85
Iš viso:			14,40	19,19	15,41	280,85
Iš viso (dienos davinio):			41,39	38,19	116,27	951,81

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su pakepintas svogūnais (T)	K-6	158	4,27	5,77	22,88	167,19
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Raudonoji arbata	G-3	150				
Iš viso:			4,79	6,29	39,78	251,69

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (T)	S-8	104	1,09	2,31	7,63	55,45
Kepta su garais riebi (lašiša, upėtakis) žuvis su provanso žolelėmis (T)	A-13	70	15,44	9,30	0,52	146,54
Bulvių košė	PG-5	80	1,67	1,43	11,32	64,18
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	60	1,08	1,14	7,78	40,97
Pekino kopūstų salotos	SL-8	40	0,44	0,97	1,24	14,09
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių – kmyņų gėrimas	G-9	150	0,27	0,22	8,00	36,33
Iš viso:			21,37	15,64	46,86	400,35

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su varškės įdaru	PV-8	175	9,52	10,58	31,23	255,32
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	150	0,04	0,02	0,46	1,55
Iš viso:			9,56	10,60	31,69	256,87
Iš viso (dienos davinio):			35,72	32,53	118,33	908,91

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su vaniliniu padažu (T)	K-7	170	5,32	4,38	26,63	160,07
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Pienas	G-1	100	2,90	2,50	4,70	53,00
Iš viso:			8,74	7,40	48,23	297,57

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių–pomidorų sriuba (T)	S-9	104	0,80	2,30	6,98	50,42
Troškintas jautienos maltinukas (T)	A-9	60	13,97	3,72	2,58	100,24
Troškintos kukurūzų kruopos (T)	PG-8	80	3,80	5,15	20,27	133,77
Šaldytų daržovių troškinys (T)	DG-4	50	0,61	0,11	2,59	16,50
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	40	0,35	2,09	3,63	31,16
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Šaldytų uogų kompotas	G-10	150	0,32	0,65	3,98	16,58
Iš viso:			21,21	14,29	50,41	391,47

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su džemu (T)	PV-9	150	18,62	12,21	24,48	281,65
Ramunėlių arbata	G-19	150				
Iš viso:			18,62	12,21	24,48	281,65
Iš viso (dienos davinio):			48,57	33,90	123,11	970,68

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinė kruopų košė (T)	K-8	150	5,53	5,20	26,50	177,44
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Arbata su obuoliais ir spanguolėmis	G-6	150				
Iš viso:			6,05	5,72	43,40	261,94

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su jautienos gabaliukais ir šaldytomis daržovėmis (T)	S-10	100	3,17	1,55	1,85	34,02
Vištienos kukuliukai (T)	A-10	60	10,51	5,68	7,41	116,30
Virti grikiai (T)	PG-4	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	60	0,63	2,78	5,16	42,43
Agurkų salotos	SL-10	40	0,39	0,98	1,00	13,13
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	150	0,13	0,11	4,14	16,37
Iš viso:			21,26	12,60	57,66	404,65

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Keptos bulvės su svogūnais ir kefyru	PV-10	270	8,11	10,42	29,82	243,60
Kmynų arbata	G-20	150	0,16	0,12	0,40	2,66
Iš viso:			8,27	10,53	30,22	246,26
Iš viso (dienos davinio):			35,58	28,85	131,28	912,85

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (T)	K-9	150	6,11	5,31	23,45	159,91
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Pienas	G-1	100	2,90	2,50	4,70	53,00
Iš viso:			9,53	8,33	45,05	297,41

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Jūros lydekos sriuba (T)	S-11	100	3,39	1,40	6,42	51,95
Keptas kiaulienos apkepas (T)	A-11	60	9,16	4,67	4,08	94,92
Ryžių troškiny su pomidorais (T)	PG-9	80	2,74	2,02	22,08	115,18
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	40	0,97	1,16	4,52	29,48
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais	SL-6	40	0,91	2,04	4,31	34,62
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	150	0,13	0,13	4,08	16,52
Iš viso:			18,68	11,67	55,87	385,47

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių blynai	PV-11	175	8,89	8,76	45,47	281,00
Melisos arbata	G-16	150				
Iš viso:			8,89	8,76	45,47	281,00
Iš viso (dienos davinio):			37,10	28,75	146,39	963,88

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška bulgur kruopų košė su bananais ir šilauogėmis (T)	K-14	150	6,08	1,39	32,06	175,89
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Čiobrelių arbata	G-2	150				
Iš viso:			6,60	1,91	48,96	260,39

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (T)	S-12	104	1,47	2,37	10,07	67,58
Kalakutienos pūkučiai (T)	A-12	60	11,46	3,69	3,17	90,09
Bulvių košė	PG-5	80	1,67	1,43	11,32	64,18
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,70	3,27	8,52	65,29
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	40	0,35	2,09	3,63	31,16
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Razinų – obuolių kompotas	G-15	150	0,39	0,17	10,69	42,40
Iš viso:			18,42	13,29	57,77	403,50

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su troškintos mėsos ir pomidorų padažu (T)	PV-12	170	13,45	8,86	37,99	288,31
Vaisinė arbata	G-21	150				
Iš viso:			13,45	8,86	37,99	288,31
Iš viso (dienos davinio):			38,46	24,07	144,72	952,20

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pusryčių košė su uogomis (T)	K-11	150	5,89	3,42	29,63	166,35
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Raudonoji arbata	G-3	150				
Iš viso:			6,40	3,94	46,53	250,85

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių–perlinių kruopų sriuba (T)	S-13	104	2,41	2,37	8,48	62,27
Keptas jūros lydekos maltinis su varške (T)	A-8	60	12,07	4,43	6,86	117,17
Bulvių košė su sūriu	PG-10	80	4,05	3,98	10,18	92,81
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	60	1,08	1,14	7,78	40,97
Kopūstų, agurkų, pomidorų salotos su paprikomis	SL-14	40	0,46	2,08	1,69	24,86
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių – kmynų gėrimas	G-9	150	0,27	0,22	8,00	36,33
Iš viso:			21,72	14,48	53,38	417,21

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvinės bandelės su varške	PV-13	225	12,00	12,88	29,67	280,60
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	150				
Iš viso:			12,00	12,88	29,67	280,60
Iš viso (dienos davinio):			40,13	31,30	129,57	948,66

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su bulvėmis ir morkomis (T)	K-13	150	3,86	1,98	25,42	137,24
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Pienas	G-1	100	2,90	2,50	4,70	53,00
Iš viso:			7,28	5,00	47,02	274,74

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su miltiniais kukuličiais (T)	S-14	104	3,41	3,33	12,73	87,15
Virti jautienos kukuliukai (T)	A-14	70	12,88	3,90	7,71	116,96
Troškintos bulvės (T)	PG-11	80	1,38	1,15	11,51	60,39
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,70	3,27	8,52	65,29
Kopūstų salotos su paprikomis	SL-13	40	0,62	0,99	2,21	17,48
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Šaldytų uogų kompotas	G-10	150	0,32	0,65	3,98	16,58
Iš viso:			21,68	13,56	57,03	406,65

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai su bananais ir vaniliniu padažu	PV-14	150	9,09	5,46	52,22	280,64
Ramunėlių arbata	G-19	150				
Iš viso:			9,09	5,46	52,22	280,64
Iš viso (dienos davinio):			38,05	24,01	156,27	962,02

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė (T)	K-12	150	5,74	5,76	27,62	187,24
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,52	0,52	16,90	84,50
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	150	0,04	0,02	0,46	1,55
Iš viso:			6,30	6,30	44,98	273,29

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su vištienos gabaliukais (T)	S-15	100	3,45	1,29	4,77	42,99
Keptas vištienos apkepas (T)	A-15	60	12,69	4,65	0,60	94,74
Virti griekiai (T)	PG-4	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	60	0,63	2,78	5,16	42,43
Agurkų – pomidorų salotos	SL-12	40	0,41	0,97	1,28	13,94
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	150	0,13	0,11	4,14	16,37
Iš viso:			23,73	11,30	54,05	392,87

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių salotos (T)	PV-15	75	1,10	2,10	8,55	53,92
Bandelė su dešrele	PV-16	75	6,36	13,38	21,69	225,97
Kmynų arbata	G-20	150	0,16	0,12	0,40	2,66
Iš viso:			7,62	15,60	30,65	282,55
Iš viso (dienos davinio):			37,65	33,20	129,67	948,71

Direktorė

Elena Čekienė

TVIRTINU
Direktorė
Elena Čekienė

202__ m. _____ mėn. _____ d.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

**Įstaigos darbo laikas
Nuo 07.00 iki 17.30 val.**

Pastaba. Galimi nereikšmingi keitimai, t.y. pakeisti vieną maisto produktą tos pačios maisto produktų grupės kitu maistu, kai mitybinė vertė nepablogėja, o energetinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimt procentų. Taip pat patiekalai keičiami atsižvelgiant į sezoniškumą (pvz. burokėlių sriubą į šaltibarščius ir pan.). Vaisiai išduodami pagal sezoniškumą.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė (T)	K-1	150	4,07	3,36	25,95	147,82
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			5,31	5,40	49,25	276,82

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lašišos sriuba (T)	S-1	100	3,72	6,38	2,39	81,71
Troškintas kiaulienos vyniotinis su morkų įdaru (T)	A-1	60	11,91	6,75	3,37	121,31
Virtos bulvės (T)	PG-1	80	1,62	0,16	13,20	59,94
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	40	0,97	2,16	4,52	38,18
Pomidorų salotos	SL-2	40	0,51	0,55	2,32	13,67
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Razinų kompotas	G-8	150	0,53	0,12	13,73	53,82
Iš viso:			20,63	16,39	49,91	411,43

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	PV-1	175	8,18	7,11	44,30	260,64
Melisos arbata	G-16	150				
Iš viso:			8,18	7,11	44,30	260,64
Iš viso (dienos davinio):			34,13	28,90	143,46	948,89

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su bananais (T)	K-2	150	6,16	5,12	26,67	170,20
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Čiobrelių arbata	G-2	150				
Iš viso:			6,80	5,76	47,47	274,20

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis (T)	S-2	104	0,82	2,26	6,45	47,03
Kalakutienos kukuliukai (T)	A-2	70	15,62	4,14	3,60	113,76
Troškinti ryžiai su ciberžole (T)	PG-2	80	2,11	2,25	20,21	108,23
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,55	3,23	8,22	62,77
Kopūstų salotos su morkomis (su aliejumi)	SL-1	40	0,53	2,07	2,24	26,51
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	150	0,13	0,13	4,08	16,52
Iš viso:			22,15	14,33	55,19	417,63

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su tofu, žaliaisiais žirneliais ir pomidorais (T)	PV-3	175	14,24	12,59	11,86	209,72
Kakava su pienu	G-17	150	2,63	1,84	2,87	34,25
Iš viso:			16,87	14,43	14,73	243,97
Iš viso (dienos davinio):			45,81	34,52	117,39	935,80

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (T)	K-3	150	3,31	3,59	23,24	139,69
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	150				
Iš viso:			3,95	4,23	44,04	243,69

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (T)	S-3	104	1,71	2,79	12,00	80,40
Keptas jūros lydekos apkepas (T)	A-3	60	11,79	3,96	6,59	109,97
Bulvių košė su svogūnais	PG-3	80	1,65	2,33	10,91	69,26
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	60	0,62	3,13	5,15	45,09
Burokėlių salotos	SL-3	40	0,61	2,05	3,69	32,01
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių – kmylių gėrimas	G-9	150	0,27	0,22	8,00	36,33
Iš viso:			18,03	14,73	56,72	415,86

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai su vaniliniu padažu	PV-2	150	10,11	5,51	46,96	264,22
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	150				
Iš viso:			10,11	5,51	46,96	264,22
Iš viso (dienos davinio):			32,09	24,48	147,72	923,78

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė (T)	K-4	150	4,56	3,37	26,74	148,92
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			5,80	5,41	50,04	277,92

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su vištienos gabaliukais ir žirneliais (T)	S-4	100	3,46	2,29	1,75	40,43
Veršienos befstrogenas (T)	A-4	80	9,71	5,16	4,45	100,11
Virti griekiai (T)	PG-4	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Šaldytų daržovių troškiny (T)	DG-4	50	0,61	0,11	2,59	16,50
Kopūstų – morkų – salierų salotos	SL-4	40	0,55	2,07	2,35	26,81
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Šaldytų uogų kompotas	G-10	150	0,32	0,65	3,98	16,58
Iš viso:			21,07	11,79	53,22	382,83

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (T)	PV-4	130	15,08	9,23	26,25	241,69
Ramunėlių arbata	G-19	150				
Iš viso:			15,08	9,23	26,25	241,69
Iš viso (dienos davinio):			41,95	26,43	129,51	902,44

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška bolivinės balandos ir obuolių košė su šaldytomis uogomis (T)	K-14	135	4,77	2,69	31,54	169,28
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	150	0,04	0,02	0,46	1,55
Iš viso:			5,45	3,35	52,80	274,83

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (T)	S-5	104	3,79	2,42	10,75	73,84
Keptas vištienos maltinukas (T)	A-5	60	13,90	3,05	3,31	95,77
Bulvių košė	PG-5	80	1,62	2,31	10,99	70,24
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	60	1,08	2,14	7,78	49,67
Morkų ir obuolių salotos	SL-5	40	0,22	2,11	4,30	34,63
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Džiovintų abrikosų kompotas	G-14	150	0,57	0,07	8,25	33,14
Iš viso:			22,55	12,37	55,75	400,09

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės suflė su trintais persikais (T)	PV-5	160	15,24	12,71	19,13	247,28
Kmylių arbata	G-20	150	0,16	0,12	0,40	2,66
Iš viso:			15,40	12,83	19,53	249,94
Iš viso (dienos davinio):			43,39	28,55	128,08	924,87

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su bananiniu padažu (T)	K-10	150	2,92	2,57	32,65	162,26
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			4,16	4,61	55,95	291,26

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su jūros lydekos kukuliais (T)	S-6	104	2,81	2,03	5,87	51,95
Balandėliai su kiauliena ir daržovėmis (T)	A-6	95	15,35	9,14	6,16	166,62
Bulvių košė su morkomis	PG-7	80	1,50	2,32	10,12	64,60
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	40	0,97	2,16	4,52	38,18
Morkų salotos	SL-11	40	0,44	0,52	3,47	16,90
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių gėrimas	G-12	150	0,08	0,08	7,50	33,00
Iš viso:			22,53	16,51	48,02	414,06

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronų ir varškės apkepas su džemu (T)	PV-6	200	10,49	9,73	32,15	257,61
Melisos arbata	G-16	150				
Iš viso:			10,49	9,73	32,15	257,61
Iš viso (dienos davinio):			37,18	30,85	136,12	962,92

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė (T)	K-5	150	6,34	5,38	26,32	176,22
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Erškėtrožių ir šaltalankių arbata	G-5	150				
Iš viso:			6,98	6,02	47,12	280,22

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (T)	S-7	104	0,73	2,25	5,68	44,95
Kalakutienos šnicelis (T)	A-7	60	13,13	3,72	0,61	87,96
Virti ryžiai (T)	PG-6	80	2,13	2,27	23,04	118,78
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,55	3,23	8,22	62,77
Kopūstų salotos su obuoliais	SL-7	40	0,48	2,07	2,40	27,44
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Razinų – abrikosų kompotas	G-13	150	0,23	0,06	4,95	19,52
Iš viso:			19,62	13,87	55,28	404,22

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su dešrele, žirneliais ir pomidorais (T)	PV-7	150	11,39	16,95	10,32	232,44
Kakava su pienu	G-17	150	2,63	1,84	2,87	34,25
Iš viso:			14,02	18,79	13,19	266,69
Iš viso (dienos davinio):			40,62	38,68	115,59	951,13

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su pakepintas svogūnais (T)	K-6	158	4,21	3,67	23,10	148,68
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	150				
Iš viso:			4,85	4,31	43,90	252,68

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (T)	S-8	104	1,03	2,21	7,71	54,43
Kepta su garais riebi (lašiša, upėtakis) žuvis su provanso žolelėmis (T)	A-13	70	15,44	9,30	0,52	146,54
Bulvių košė	PG-5	80	1,62	2,31	10,99	70,24
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	60	1,08	2,14	7,78	49,67
Pekino kopūstų salotos	SL-8	40	0,40	0,52	1,30	10,13
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių – kmylių gėrimas	G-9	150	0,27	0,22	8,00	36,33
Iš viso:			21,22	16,97	46,67	410,14

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su varškės įdaru	PV-8	175	9,39	8,92	31,11	238,96
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	150	0,04	0,02	0,46	1,55
Iš viso:			9,43	8,94	31,57	240,51
Iš viso (dienos davinio):			35,49	30,22	122,14	903,33

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su vaniliniu padažu (T)	K-7	170	5,25	4,59	26,13	159,40
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			6,49	6,63	49,43	288,40

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių–pomidorų sriuba (T)	S-9	104	0,74	2,69	7,07	53,82
Troškintas jautienos maltinukas (T)	A-9	60	13,97	4,72	2,58	109,08
Troškintos kukurūzų kruopos (T)	PG-8	80	3,26	2,45	19,76	109,67
Šaldytų daržovių troškiny (T)	DG-4	50	0,61	0,11	2,59	16,50
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	40	0,35	2,09	3,63	31,16
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Šaldytų uogų kompotas	G-10	150	0,32	0,65	3,98	16,58
Iš viso:			20,62	12,98	49,99	379,61

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su džemu (T)	PV-9	150	16,66	10,95	22,25	252,16
Ramunėlių arbata	G-19	150				
Iš viso:			16,66	10,95	22,25	252,16
Iš viso (dienos davinio):			43,77	30,56	121,67	920,16

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinė kruopų košė (T)	K-8	150	5,25	4,49	24,54	161,59
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbata su obuoliais ir spanguolėmis	G-6	150				
Iš viso:			5,89	5,13	45,34	265,59

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su jautienos gabaliukais ir šaldytomis daržovėmis (T)	S-10	100	3,17	2,54	1,85	42,70
Vištienos kukuliukai (T)	A-10	60	10,47	4,68	7,24	111,50
Virti griekiai (T)	PG-4	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	60	0,62	3,13	5,15	45,09
Agurkų salotos	SL-10	40	0,35	0,53	1,07	9,17
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	150	0,13	0,11	4,14	16,37
Iš viso:			21,17	12,49	57,55	407,23

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Keptos bulvės su svogūnais ir avižų gėrimu	PV-10	270	3,91	7,76	39,03	241,80
Kmynų arbata	G-20	150	0,16	0,12	0,40	2,66
Iš viso:			4,07	7,87	39,43	244,46
Iš viso (dienos davinio):			31,13	25,50	142,32	917,28

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (T)	K-9	150	5,84	5,02	21,55	148,24
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			7,08	7,06	44,85	277,24

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Jūros lydekos sriuba (T)	S-11	100	3,39	1,99	6,42	57,10
Keptas kiaulienos apkepas (T)	A-11	60	9,16	5,27	4,08	100,22
Ryžių troškiny su pomidorais (T)	PG-9	80	2,40	2,47	22,13	117,58
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	40	0,97	2,16	4,52	38,18
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais	SL-6	40	0,91	2,04	4,31	34,62
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	150	0,13	0,13	4,08	16,52
Iš viso:			18,35	14,32	55,92	407,02

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių blynai	PV-11	175	8,68	7,01	45,78	265,41
Melisos arbata	G-16	150				
Iš viso:			8,68	7,01	45,78	265,41
Iš viso (dienos davinio):			34,10	28,39	146,55	949,67

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulgur kruopų košė su bananais ir šilauogėmis (T)	K-14	150	5,96	1,10	31,24	169,48
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Čiobrelių arbata	G-2	150				
Iš viso:			6,60	1,74	52,04	273,48

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (T)	S-12	104	1,42	2,76	10,15	70,98
Kalakutienos pūkučiai (T)	A-12	60	11,45	4,15	3,12	95,21
Bulvių košė	PG-5	80	1,62	2,31	10,99	70,24
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,55	3,23	8,22	62,77
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	40	0,35	2,09	3,63	31,16
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Razinų – obuolių kompotas	G-15	150	0,39	0,17	10,69	42,40
Iš viso:			18,16	14,97	57,18	415,56

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su troškintos mėsos ir pomidorų padažu (T)	PV-12	170	13,34	7,96	38,43	281,61
Vaisinė arbata	G-21	150				
Iš viso:			13,34	7,96	38,43	281,61
Iš viso (dienos davinio):			38,11	24,67	147,65	970,64

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pusryčių košė su uogomis (T)	K-11	150	5,90	2,82	29,53	160,40
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	150				
Iš viso:			6,54	3,46	50,33	264,40

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių–perlinių kruopų sriuba (T)	S-13	104	2,36	2,76	8,57	65,67
Keptas jūros lydekos maltinis su varške (T)	A-8	60	11,80	4,93	6,68	119,53
Bulvių košė su tofu	PG-10	80	2,88	2,03	10,01	69,03
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	60	1,08	2,14	7,78	49,67
Kopūstų, agurkų, pomidorų salotos su paprikomis	SL-14	40	0,46	2,08	1,69	24,86
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių – kmylių gėrimas	G-9	150	0,27	0,22	8,00	36,33
Iš viso:			20,22	14,42	53,10	407,89

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvinės bandelės su tofu	PV-13	225	11,65	9,32	31,29	253,06
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	150				
Iš viso:			11,65	9,32	31,29	253,06
Iš viso (dienos davinio):			38,41	27,20	134,72	925,35

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su bulvėmis ir morkomis (T)	K-13	150	3,80	2,62	25,00	140,82
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			5,04	4,66	48,30	269,82

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su miltiniais kukuliais (T)	S-14	104	3,32	3,42	12,85	87,91
Virti jautienos kukuliukai (T)	A-14	70	12,88	4,90	7,71	125,80
Troškintos bulvės (T)	PG-11	80	1,38	2,15	11,51	69,09
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,55	3,23	8,22	62,77
Kopūstų salotos su paprikomis	SL-13	40	0,57	0,54	2,28	13,52
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Šaldytų uogų kompotas	G-10	150	0,32	0,65	3,98	16,58
Iš viso:			21,41	15,15	56,93	418,47

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai su bananais ir vaniliniu padažu	PV-14	150	8,96	5,14	51,33	273,60
Ramunėlių arbata	G-19	150				
Iš viso:			8,96	5,14	51,33	273,60
Iš viso (dienos davinio):			35,41	24,95	156,55	961,89

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė (T)	K-12	150	5,46	5,05	25,66	171,39
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	150	0,04	0,02	0,46	1,55
Iš viso:			6,14	5,71	46,92	276,94

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su vištienos gabaliukais (T)	S-15	100	3,45	2,28	4,77	51,67
Keptas vištienos apkepas (T)	A-15	60	12,63	4,02	0,17	86,88
Virti griekiai (T)	PG-4	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	60	0,62	3,13	5,15	45,09
Agurkų – pomidorų salotos	SL-12	40	0,36	0,52	1,34	9,98
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	150	0,13	0,11	4,14	16,37
Iš viso:			23,62	11,57	53,68	392,39

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių salotos (T)	PV-15	75	1,10	2,10	8,55	53,92
Bandelė su dešrele	PV-16	75	6,32	13,29	21,42	223,41
Kmyrų arbata	G-20	150	0,16	0,12	0,40	2,66
Iš viso:			7,58	15,51	30,38	279,99
Iš viso (dienos davinio):			37,34	32,79	130,97	949,32

Direktorė
Elena Čekienė

TVIRTINU
Direktorė
Elena Čekienė

202__ m. _____ mėn. _____ d.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

**Įstaigos darbo laikas
Nuo 07.00 iki 17.30 val.**

Pastaba. Galimi nereikšmingi keitimai, t.y. pakeisti vieną maisto produktą tos pačios maisto produktų grupės kitu maistu, kai mitybinė vertė nepablogėja, o energetinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimt procentų. Taip pat patiekalai keičiami atsižvelgiant į sezoniskumą (pvz. burokėlių sriubą į šaltibarščius ir pan.). Vaisiai išduodami pagal sezoniskumą.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė (T)	K-1	150	4,07	3,36	25,95	147,82
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			5,31	5,40	49,25	276,82

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lašišos sriuba (T)	S-1	100	3,72	6,38	2,39	81,71
Troškintas kiaulienos vyniotinis su morkų įdaru (T)	A-1	60	11,98	6,54	4,51	124,34
Virtos bulvės (T)	PG-1	80	1,62	0,16	13,20	59,94
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	40	0,97	2,16	4,52	38,18
Pomidorų salotos	SL-2	40	0,51	0,55	2,32	13,67
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Razinų kompotas	G-8	150	0,53	0,12	13,73	53,82
Iš viso:			20,71	16,17	51,05	414,46

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	PV-1	175	8,06	6,03	48,02	265,77
Melisos arbata	G-16	150				
Iš viso:			8,06	6,03	48,02	265,77
Iš viso (dienos davinio):			34,08	27,60	148,32	957,05

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su bananais (T)	K-2	150	6,16	5,12	26,67	170,20
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Čiobrelių arbata	G-2	150				
Iš viso:			6,80	5,76	47,47	274,20

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis (T)	S-2	104	0,82	2,26	6,45	47,03
Kalakutienos kukuliukai (T)	A-2	70	15,49	3,55	4,90	113,27
Troškinti ryžiai su ciberžole (T)	PG-2	80	2,11	2,25	20,21	108,23
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,55	3,23	8,22	62,77
Kopūstų salotos su morkomis (su aliejumi)	SL-1	40	0,53	2,07	2,24	26,51
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	150	0,13	0,13	4,08	16,52
Iš viso:			22,01	13,74	56,48	417,14

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su tofu, žaliaisiais žirneliais ir pomidorais (T)	PV-3	175	12,91	5,78	33,26	231,18
Kakava su pienu	G-17	150	2,63	1,84	2,87	34,25
Iš viso:			15,54	7,62	36,13	265,43
Iš viso (dienos davinio):			44,35	27,12	140,08	956,77

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (T)	K-3	150	3,31	3,59	23,24	139,69
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	150				
Iš viso:			3,95	4,23	44,04	243,69

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (T)	S-3	104	1,71	2,79	12,00	80,40
Keptas jūros lydekos apkepas (T)	A-3	60	11,68	4,03	7,32	113,17
Bulvių košė su svogūnais	PG-3	80	1,65	2,33	10,91	69,26
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	60	0,62	3,13	5,15	45,09
Burokėlių salotos	SL-3	40	0,61	2,05	3,69	32,01
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių – kmylių gėrimas	G-9	150	0,27	0,22	8,00	36,33
Iš viso:			17,92	14,81	57,45	419,06

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai su vaniliniu padažu	PV-2	150	9,99	5,31	49,21	271,09
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	150				
Iš viso:			9,99	5,31	49,21	271,09
Iš viso (dienos davinio):			31,86	24,35	150,70	933,85

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė (T)	K-4	150	4,56	3,37	26,74	148,92
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			5,80	5,41	50,04	277,92

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su vištienos gabaliukais ir žirneliais (T)	S-4	100	3,46	2,29	1,75	40,43
Veršienos befstrogenas (T)	A-4	80	9,71	5,16	4,45	100,11
Virti griekiai (T)	PG-4	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Šaldytų daržovių troškiny (T)	DG-4	50	0,61	0,11	2,59	16,50
Kopūstų – morkų – salierų salotos	SL-4	40	0,55	2,07	2,35	26,81
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Šaldytų uogų kompotas	G-10	150	0,32	0,65	3,98	16,58
Iš viso:			21,07	11,79	53,22	382,83

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (T)	PV-4	130	15,12	8,68	28,51	246,18
Ramunėlių arbata	G-19	150				
Iš viso:			15,12	8,68	28,51	246,18
Iš viso (dienos davinio):			41,98	25,88	131,77	906,93

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

1 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška bolivinės baltos ir obuolių košė su šaldytomis uogomis (T)	K-14	135	4,77	2,69	31,54	169,28
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	150	0,04	0,02	0,46	1,55
Iš viso:			5,45	3,35	52,80	274,83

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (T)	S-5	104	3,79	2,42	10,75	73,84
Keptas vištienos maltinukas (T)	A-5	60	13,98	2,83	4,44	98,80
Bulvių košė	PG-5	80	1,62	2,31	10,99	70,24
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	60	1,08	2,14	7,78	49,67
Morkų ir obuolių salotos	SL-5	40	0,22	2,11	4,30	34,63
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Džiovintų abrikosų kompotas	G-14	150	0,57	0,07	8,25	33,14
Iš viso:			22,63	12,15	56,88	403,12

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės suflė su trintais persikais (T)	PV-5	160	15,26	11,19	25,07	258,09
Kmylių arbata	G-20	150	0,16	0,12	0,40	2,66
Iš viso:			15,41	11,31	25,46	260,75
Iš viso (dienos davinio):			43,49	26,81	135,15	938,71

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su bananiniu padažu (T)	K-10	150	2,83	2,49	32,65	161,16
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			4,07	4,53	55,95	290,16

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su jūros lydekos kukuliais (T)	S-6	104	2,69	1,91	5,86	50,38
Balandėliai su kiauliena ir daržovėmis (T)	A-6	95	15,32	8,88	7,06	167,79
Bulvių košė su morkomis	PG-7	80	1,50	2,32	10,12	64,60
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	40	0,97	2,16	4,52	38,18
Morkų salotos	SL-11	40	0,44	0,52	3,47	16,90
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių gėrimas	G-12	150	0,08	0,08	7,50	33,00
Iš viso:			22,37	16,13	48,91	413,65

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronų ir varškės apkepas su džemu (T)	PV-6	200	10,10	9,35	32,13	252,59
Melisos arbata	G-16	150				
Iš viso:			10,10	9,35	32,13	252,59
Iš viso (dienos davinio):			36,54	30,01	136,98	956,40

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė (T)	K-5	150	6,34	5,38	26,32	176,22
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Erškėtrožių ir šaltalankių arbata	G-5	150				
Iš viso:			6,98	6,02	47,12	280,22

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (T)	S-7	104	0,73	2,25	5,68	44,95
Kalakutienos šnicelis (T)	A-7	60	13,06	3,24	2,23	90,06
Virti ryžiai (T)	PG-6	80	2,13	2,27	23,04	118,78
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,55	3,23	8,22	62,77
Kopūstų salotos su obuoliais	SL-7	40	0,48	2,07	2,40	27,44
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Razinų – abrikosų kompotas	G-13	150	0,23	0,06	4,95	19,52
Iš viso:			19,56	13,38	56,91	406,32

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su dešrele, žirneliais ir pomidorais (T)	PV-7	150	10,73	11,94	27,24	254,34
Kakava su pienu	G-17	150	2,63	1,84	2,87	34,25
Iš viso:			13,36	13,78	30,11	288,59
Iš viso (dienos davinio):			39,90	33,19	134,14	975,13

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su pakepintas svogūnais (T)	K-6	158	4,21	3,67	23,10	148,68
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	150				
Iš viso:			4,85	4,31	43,90	252,68

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (T)	S-8	104	1,03	2,21	7,71	54,43
Kepta su garais riebi (lašiša, upėtakis) žuvis su provanso žolelėmis (T)	A-13	70	15,44	9,30	0,52	146,54
Bulvių košė	PG-5	80	1,62	2,31	10,99	70,24
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	60	1,08	2,14	7,78	49,67
Pekino kopūstų salotos	SL-8	40	0,40	0,52	1,30	10,13
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių – kmynų gėrimas	G-9	150	0,27	0,22	8,00	36,33
Iš viso:			21,22	16,97	46,67	410,14

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su varškės įdaru	PV-8	175	9,03	7,85	33,91	239,47
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	150	0,04	0,02	0,46	1,55
Iš viso:			9,07	7,87	34,37	241,02
Iš viso (dienos davinio):			35,14	29,15	124,94	903,84

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su vaniliniu padažu (T)	K-7	170	5,15	4,50	26,12	158,14
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			6,39	6,54	49,42	287,14

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių–pomidorų sriuba (T)	S-9	104	0,74	2,69	7,07	53,82
Troškintas jautienos maltinukas (T)	A-9	60	14,05	4,51	3,71	112,11
Troškintos kukurūzų kruopos (T)	PG-8	80	3,26	2,45	19,76	109,67
Šaldytų daržovių troškiny (T)	DG-4	50	0,61	0,11	2,59	16,50
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	40	0,35	2,09	3,63	31,16
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Šaldytų uogų kompotas	G-10	150	0,32	0,65	3,98	16,58
Iš viso:			20,70	12,76	51,12	382,64

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su džemu (T)	PV-9	150	16,52	9,87	25,92	256,90
Ramunėlių arbata	G-19	150				
Iš viso:			16,52	9,87	25,92	256,90
Iš viso (dienos davinio):			43,61	29,16	126,46	926,68

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

2 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinė kruopų košė (T)	K-8	150	5,25	4,49	24,54	161,59
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbata su obuoliais ir spanguolėmis	G-6	150				
Iš viso:			5,89	5,13	45,34	265,59

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su jautienos gabaliukais ir šaldytomis daržovėmis (T)	S-10	100	3,17	2,54	1,85	42,70
Vištienos kukuliukai (T)	A-10	60	10,47	4,68	7,24	111,50
Virti griekiai (T)	PG-4	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	60	0,62	3,13	5,15	45,09
Agurkų salotos	SL-10	40	0,35	0,53	1,07	9,17
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	150	0,13	0,11	4,14	16,37
Iš viso:			21,17	12,49	57,55	407,23

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Keptos bulvės su svogūnais ir avižų gėrimu	PV-10	270	3,91	7,76	39,03	241,80
Kmylių arbata	G-20	150	0,16	0,12	0,40	2,66
Iš viso:			4,07	7,87	39,43	244,46
Iš viso (dienos davinio):			31,13	25,50	142,32	917,28

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (T)	K-9	150	5,84	5,02	21,55	148,24
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			7,08	7,06	44,85	277,24

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Jūros lydekos sriuba (T)	S-11	100	3,39	1,99	6,42	57,10
Keptas kiaulienos apkepas (T)	A-11	60	9,24	5,05	5,21	103,25
Ryžių troškiny su pomidorais (T)	PG-9	80	2,40	2,47	22,13	117,58
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	40	0,97	2,16	4,52	38,18
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais	SL-6	40	0,91	2,04	4,31	34,62
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	150	0,13	0,13	4,08	16,52
Iš viso:			18,42	14,10	57,05	410,05

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių blynai	PV-11	175	8,53	5,93	49,45	270,16
Melisos arbata	G-16	150				
Iš viso:			8,53	5,93	49,45	270,16
Iš viso (dienos davinio):			34,04	27,09	151,35	957,45

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulgur kruopų košė su bananais ir šilauogėmis (T)	K-14	150	5,96	1,10	31,24	169,48
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Čiobrelių arbata	G-2	150				
Iš viso:			6,60	1,74	52,04	273,48

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (T)	S-12	104	1,42	2,76	10,15	70,98
Kalakutienos pūkučiai (T)	A-12	60	11,34	3,88	3,48	93,82
Bulvių košė	PG-5	80	1,62	2,31	10,99	70,24
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,55	3,23	8,22	62,77
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	40	0,35	2,09	3,63	31,16
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Razinų – obuolių kompotas	G-15	150	0,39	0,17	10,69	42,40
Iš viso:			18,04	14,70	57,54	414,17

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su troškintos mėsos ir pomidorų padažu (T)	PV-12	170	13,34	7,96	38,43	281,61
Vaisinė arbata	G-21	150				
Iš viso:			13,34	7,96	38,43	281,61
Iš viso (dienos davinio):			37,99	24,40	148,01	969,25

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pusryčių košė su uogomis (T)	K-11	150	5,90	2,82	29,53	160,40
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	150				
Iš viso:			6,54	3,46	50,33	264,40

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių–perlinių kruopų sriuba (T)	S-13	104	2,36	2,76	8,57	65,67
Keptas jūros lydekos maltinis su varške (T)	A-8	60	11,80	4,53	8,23	122,32
Bulvių košė su tofu	PG-10	80	2,88	2,03	10,01	69,03
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	60	1,08	2,14	7,78	49,67
Kopūstų, agurkų, pomidorų salotos su paprikomis	SL-14	40	0,46	2,08	1,69	24,86
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių sulčių – kmynų gėrimas	G-9	150	0,27	0,22	8,00	36,33
Iš viso:			20,22	14,02	54,65	410,69

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvinės bandelės su tofu	PV-13	225	11,33	7,70	36,35	258,06
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	150				
Iš viso:			11,33	7,70	36,35	258,06
Iš viso (dienos davinio):			38,09	25,18	141,34	933,15

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su bulvėmis ir morkomis (T)	K-13	150	3,80	3,12	25,00	145,24
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Migdolų gėrimas	G-1	100	0,60	1,40	2,50	25,00
Iš viso:			5,04	5,16	48,30	274,24

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su miltiniais kukuliais (T)	S-14	104	3,16	3,27	12,85	85,83
Virti jautienos kukuliukai (T)	A-14	70	12,05	4,62	6,39	114,52
Troškintos bulvės (T)	PG-11	80	1,38	2,15	11,51	69,09
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	60	1,55	3,23	8,22	62,77
Kopūstų salotos su paprikomis	SL-13	40	0,57	0,54	2,28	13,52
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Šaldytų uogų kompotas	G-10	150	0,32	0,65	3,98	16,58
Iš viso:			20,41	14,71	55,60	405,11

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai su bananais ir vaniliniu padažu	PV-14	150	8,49	4,61	53,56	276,07
Ramunėlių arbata	G-19	150				
Iš viso:			8,49	4,61	53,56	276,07
Iš viso (dienos davinio):			33,95	24,48	157,46	955,41

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ IR PIENO PRODUKTŲ)

1-3 m. amžiaus vaikams

3 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė (T)	K-12	150	5,46	5,05	25,66	171,39
Sezoniniai vaisiai	KT-2	80	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	150	0,04	0,02	0,46	1,55
Iš viso:			6,14	5,71	46,92	276,94

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su vištienos gabaliukais (T)	S-15	100	3,45	2,28	4,77	51,67
Keptas vištienos apkepas (T)	A-15	60	12,63	3,22	3,28	92,47
Virti griekiai (T)	PG-4	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	60	0,62	3,13	5,15	45,09
Agurkų – pomidorų salotos	SL-12	40	0,36	0,52	1,34	9,98
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	20	1,38	0,26	10,38	42,80
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	150	0,13	0,11	4,14	16,37
Iš viso:			23,62	10,76	56,78	397,97

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių salotos (T)	PV-15	75	1,10	2,10	8,55	53,92
Bandelė su dešrele	PV-16	75	5,87	12,86	21,40	217,60
Kmynų arbata	G-20	150	0,16	0,12	0,40	2,66
Iš viso:			7,13	15,08	30,35	274,18
Iš viso (dienos davinio):			36,88	31,55	134,06	949,09

Direktorė
Elena Čekienė

TVIRTINU
Direktorė
Elena Čekienė

202__ m. _____ mėn. _____ d.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

**Įstaigos darbo laikas
Nuo 07.00 iki 17.30 val.**

Pastaba. Galimi nereikšmingi keitimai, t.y. pakeisti vieną maisto produktą tos pačios maisto produktų grupės kitu maistu, kai mitybinė vertė nepablogėja, o energetinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimt procentų. Taip pat patiekalai keičiami atsižvelgiant į sezoniškumą (pvz. burokėlių sriubą į šaltibarščius ir pan.). Vaisiai išduodami pagal sezoniškumą.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė (T)	K-1	185	5,45	4,11	34,95	195,97
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			9,72	7,87	61,63	366,22

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lašišos sriuba (T)	S-1	150	5,67	10,87	4,34	129,39
Troškintas kiaulienos vyniotinis su morkų įdaru (T)	A-1	75	13,22	6,57	4,04	127,50
Virtos bulvės (T)	PG-1	100	2,02	0,20	16,46	74,74
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	55	1,29	1,46	5,47	37,23
Pomidorų salotos	SL-2	50	0,70	1,25	2,87	22,21
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Razinų kompotas	G-8	200	0,70	0,17	18,19	71,24
Iš viso:			25,33	20,83	64,34	515,80

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	PV-1	220	10,48	11,72	54,74	349,85
Melisos arbata	G-16	200				
Iš viso:			10,48	11,72	54,74	349,85
Iš viso (dienos davinio):			45,52	40,42	180,71	1231,88

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su bananais (T)	K-2	200	8,47	6,51	37,70	234,33
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Čiobrelių arbata	G-2	200				
Iš viso:			9,11	7,15	58,50	338,33

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis (T)	S-2	105	1,24	2,86	9,13	63,98
Kalakutienos kukuliukai (T)	A-2	80	17,57	4,12	4,30	124,15
Troškinti ryžiai su ciberžole (T)	PG-2	100	2,54	1,55	24,29	120,03
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	1,91	4,11	10,54	80,87
Kopūstų salotos su morkomis (su aliejumi)	SL-1	50	0,70	2,59	2,95	33,79
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	200	0,19	0,18	5,57	22,44
Iš viso:			25,88	15,72	69,75	498,75

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu, žaliaisiais žirneliais ir pomidorais (T)	PV-3	220	18,61	17,66	15,07	284,46
Kakava su pienu	G-17	200	3,74	3,35	6,50	65,60
Iš viso:			22,35	21,01	21,57	350,06
Iš viso (dienos davinio):			57,34	43,88	149,82	1187,14

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (T)	K-3	200	4,19	7,09	28,64	197,01
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	200				
Iš viso:			4,83	7,73	49,44	301,01

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (T)	S-3	105	2,79	3,07	19,05	116,19
Keptas jūros lydekos apkepas (T)	A-3	75	14,68	3,66	8,09	125,32
Bulvių košė su svogūnais	PG-3	100	2,06	1,79	13,73	77,18
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	75	0,78	3,47	6,39	52,78
Burokėlių salotos	SL-3	50	0,79	2,06	4,78	36,48
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių – kmytų gėrimas	G-9	200	0,34	0,28	10,12	45,96
Iš viso:			23,17	14,64	75,14	507,39

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai su vaniliniu padažu	PV-2	200	13,13	7,94	61,67	353,67
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	200				
Iš viso:			13,13	7,94	61,67	353,67
Iš viso (dienos davinio):			41,12	30,31	186,25	1162,07

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė (T)	K-4	200	6,12	4,62	36,48	204,04
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			10,39	8,38	63,15	374,29

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su vištienos gabaliukais ir žirneliais (T)	S-4	150	4,93	1,68	2,81	44,99
Veršienos befstrogenas (T)	A-4	120	14,72	8,68	5,72	155,93
Virti griekiai (T)	PG-4	100	6,30	1,55	34,65	174,50
Šaldytų daržovių troškinys (T)	DG-4	70	0,83	0,15	3,53	22,50
Kopūstų – morkų – salierų salotos	SL-4	50	0,73	2,59	3,05	33,99
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Šaldytų uogų kompotas	G-10	200	0,43	0,87	5,37	22,24
Iš viso:			29,66	15,85	68,10	507,64

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai su sviesto – grietinės padažu (T)	PV-4	165	20,79	15,35	33,89	349,18
Ramunėlių arbata	G-19	200				
Iš viso:			20,79	15,35	33,89	349,18
Iš viso (dienos davinio):			60,83	39,58	165,14	1231,11

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška bolivinės baltos ir obuolių košė su šaldytomis uogomis (T)	K-14	180	6,42	3,72	42,44	228,73
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			7,10	4,39	63,89	334,90

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (T)	S-5	105	5,76	3,10	16,14	106,49
Keptas vištienos maltinukas (T)	A-5	75	17,54	3,09	3,92	113,12
Bulvių košė	PG-5	100	2,13	1,77	14,68	82,29
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	75	1,35	1,43	9,72	51,19
Morkų ir obuolių salotos	SL-5	50	0,29	2,66	5,86	45,28
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Džiovintų abrikosų kompotas	G-14	200	0,72	0,09	10,45	41,89
Iš viso:			29,51	12,46	73,73	493,75

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės suflė su trintais persikais (T)	PV-5	200	21,25	18,54	25,27	348,68
Kmynų arbata	G-20	200	0,20	0,15	0,50	3,33
Iš viso:			21,44	18,69	25,77	352,01
Iš viso (dienos davinio):			58,05	35,54	163,39	1180,65

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su bananiniu padažu (T)	K-10	200	3,77	2,92	40,76	200,82
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			8,03	6,69	67,43	371,07

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su jūros lydekos kukuliais (T)	S-6	105	3,53	1,80	7,54	59,39
Balandėliai su kiauliena ir daržovėmis (T)	A-6	120	19,41	13,30	7,26	224,36
Bulvių košė su morkomis	PG-7	100	1,87	1,77	12,70	71,11
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	55	1,29	1,46	5,47	37,23
Morkų salotos	SL-11	50	0,67	1,46	4,64	29,93
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių gėrimas	G-12	200	0,10	0,10	10,00	44,00
Iš viso:			28,60	20,22	60,58	519,51

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronų ir varškės apkepas su džemu (T)	PV-6	250	14,38	12,82	42,05	341,64
Melisos arbata	G-16	200				
Iš viso:			14,38	12,82	42,05	341,64
Iš viso (dienos davinio):			51,02	39,73	170,06	1232,22

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė (T)	K-5	200	8,28	7,64	35,42	240,67
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Erškėtrožių ir šaltalankių arbata	G-5	200				
Iš viso:			8,92	8,28	56,22	344,67

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (T)	S-7	105	1,21	2,84	8,55	63,40
Kalakutienos šnicelis (T)	A-7	80	17,53	4,14	0,99	110,88
Virti ryžiai (T)	PG-6	100	2,49	1,56	26,88	129,18
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	1,91	4,11	10,54	80,87
Kopūstų salotos su obuoliais	SL-7	50	0,57	2,60	3,20	35,08
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Razinų – abrikosų kompotas	G-13	200	0,42	0,11	9,30	36,59
Iš viso:			25,85	15,69	72,43	509,48

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omlėtas su dešrele, žirneliais ir pomidorais (T)	PV-7	200	14,26	20,55	12,72	284,18
Kakava su pienu	G-17	200	3,74	3,35	6,50	65,60
Iš viso:			18,00	23,90	19,22	349,78
Iš viso (dienos davinio):			52,78	47,87	147,87	1203,93

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su pakepintais svogūnais (T)	K-6	210	5,52	7,21	29,66	213,93
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	200				
Iš viso:			6,16	7,85	50,46	317,93

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (T)	S-8	105	1,53	2,91	10,86	75,39
Kepta su garais riebi (lašiša, upėtakis) žuvis su provanso žolelėmis (T)	A-13	90	19,69	11,86	0,66	186,85
Bulvių košė	PG-5	100	2,13	1,77	14,68	82,29
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	75	1,35	1,43	9,72	51,19
Pekino kopūstų salotos	SL-8	50	0,55	1,21	1,51	17,47
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių – kmynų gėrimas	G-9	200	0,34	0,28	10,12	45,96
Iš viso:			27,31	19,78	60,53	512,65

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su varškės įdaru	PV-8	225	11,91	13,28	39,08	319,76
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			11,96	13,31	39,72	321,93
Iš viso (dienos davinio):			45,42	40,95	150,71	1152,51

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su vaniliniu padažu (T)	K-7	225	6,77	5,54	34,19	204,57
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			11,03	9,30	60,87	374,82

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių–pomidorų sriuba (T)	S-9	105	1,18	2,90	10,56	70,88
Troškintas jautienos maltinukas (T)	A-9	75	16,36	4,49	3,60	120,87
Troškintos kukurūzų kruopos (T)	PG-8	100	4,61	6,39	24,31	162,40
Šaldytų daržovių troškinys (T)	DG-4	70	0,83	0,15	3,53	22,50
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	50	0,46	2,62	4,62	39,19
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Šaldytų uogų kompotas	G-10	200	0,43	0,87	5,37	22,24
Iš viso:			25,58	17,75	64,95	491,58

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su džemu (T)	PV-9	190	23,11	15,28	30,31	350,49
Ramunėlių arbata	G-19	200				
Iš viso:			23,11	15,28	30,31	350,49
Iš viso (dienos davinio):			59,72	42,33	156,13	1216,88

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinė kruopų košė (T)	K-8	200	7,11	6,83	34,07	229,42
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbata su obuoliais ir spanguolėmis	G-6	200				
Iš viso:			7,75	7,47	54,87	333,42

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su jautienos gabaliukais ir šaldytomis daržovėmis (T)	S-10	150	4,34	2,01	2,49	45,22
Vištienos kukuliukai (T)	A-10	80	14,26	7,11	10,16	153,64
Virti griekiai (T)	PG-4	100	6,30	1,55	34,65	174,50
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	75	0,78	3,47	6,39	52,78
Agurkų salotos	SL-10	50	0,49	1,23	1,26	16,41
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	200	0,19	0,16	5,65	22,24
Iš viso:			28,09	15,84	73,57	518,28

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Keptos bulvės su svogūnais ir kefyru	PV-10	375	10,09	13,27	36,87	304,86
Kmylių arbata	G-20	200	0,20	0,15	0,50	3,33
Iš viso:			10,28	13,41	37,37	308,19
Iš viso (dienos davinio):			46,12	36,72	165,81	1159,89

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (T)	K-9	200	7,71	6,67	29,65	201,71
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			11,98	10,43	56,32	371,96

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Jūros lydekos sriuba (T)	S-11	150	5,07	1,85	9,53	75,09
Keptas kiaulienos apkepas (T)	A-11	75	11,26	5,78	5,15	117,53
Ryžių troškiny su pomidorais (T)	PG-9	100	3,67	2,84	26,58	143,78
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	55	1,29	1,46	5,47	37,23
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais	SL-6	50	1,13	2,55	5,39	43,28
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	200	0,19	0,18	5,57	22,44
Iš viso:			24,35	14,96	70,66	492,83

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių blynai	PV-11	225	11,12	10,88	56,84	350,66
Melisos arbata	G-16	200				
Iš viso:			11,12	10,88	56,84	350,66
Iš viso (dienos davinio):			47,44	36,27	183,81	1215,45

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška bulgur kruopų košė su bananais ir šilauogėmis (T)	K-14	200	8,11	1,86	42,74	234,52
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Čiobrelių arbata	G-2	200				
Iš viso:			8,75	2,50	63,54	338,52

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (T)	S-12	105	2,21	3,01	15,22	96,85
Kalakutienos pūkučiai (T)	A-12	80	15,16	4,82	3,90	117,36
Bulvių košė	PG-5	100	2,13	1,77	14,68	82,29
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	1,91	4,11	10,54	80,87
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	50	0,46	2,62	4,62	39,19
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Razinų – obuolių kompotas	G-15	200	0,49	0,22	13,34	52,86
Iš viso:			24,08	16,88	75,27	522,91

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su troškintos mėsos ir pomidorų padažu (T)	PV-12	210	16,58	10,95	47,46	358,25
Vaisinė arbata	G-21	200				
Iš viso:			16,58	10,95	47,46	358,25
Iš viso (dienos davinio):			49,40	30,32	186,27	1219,68

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pusryčių košė su uogomis (T)	K-11	200	7,71	4,39	39,18	219,25
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	200				
Iš viso:			8,35	5,02	59,98	323,25

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių–perlinių kruopų sriuba (T)	S-13	105	3,38	2,99	12,20	85,57
Keptas jūros lydekos maltinis su varške (T)	A-8	75	14,51	5,23	8,88	142,44
Bulvių košė su sūriu	PG-10	100	5,00	4,94	12,40	114,19
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	75	1,35	1,43	9,72	51,19
Kopūstų, agurkų, pomidorų salotos su paprikomis	SL-14	50	0,57	2,60	2,12	31,09
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių – kmynų gėrimas	G-9	200	0,34	0,28	10,12	45,96
Iš viso:			26,88	17,80	68,41	523,94

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvinės bandelės su varške	PV-13	285	15,02	16,12	37,08	350,94
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	200				
Iš viso:			15,02	16,12	37,08	350,94
Iš viso (dienos davinio):			50,26	38,94	165,48	1198,13

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su bulvėmis ir morkomis (T)	K-13	200	4,80	2,45	31,71	171,07
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			9,07	6,22	58,39	341,32

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su miltiniais kukuličiais (T)	S-14	105	4,70	4,52	16,38	115,09
Virti jautienos kukuliukai (T)	A-14	80	14,42	4,77	9,05	136,18
Troškintos bulvės (T)	PG-11	100	1,74	1,69	14,47	77,95
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	1,91	4,11	10,54	80,87
Kopūstų salotos su paprikomis	SL-13	50	0,81	1,24	2,93	22,50
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Šaldytų uogų kompotas	G-10	200	0,43	0,87	5,37	22,24
Iš viso:			25,73	17,51	71,72	508,33

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai su bananais ir vaniliniu padažu	PV-14	190	11,38	6,84	65,44	351,60
Ramunėlių arbata	G-19	200				
Iš viso:			11,38	6,84	65,44	351,60
Iš viso (dienos davinio):			46,18	30,57	195,55	1201,25

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė (T)	K-12	200	7,38	7,55	35,51	242,02
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			8,07	8,22	56,95	348,19

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su vištienos gabaliukais (T)	S-15	150	4,93	1,67	7,07	60,84
Keptas vištienos apkepas (T)	A-15	75	15,68	5,66	0,72	116,27
Virti griekiai (T)	PG-4	100	6,30	1,55	34,65	174,50
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	75	0,78	3,47	6,39	52,78
Agurkų – pomidorų salotos	SL-12	50	0,50	1,22	1,55	17,24
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	200	0,19	0,16	5,65	22,24
Iš viso:			30,11	14,04	69,00	497,37

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių salotos (T)	PV-15	90	1,37	2,63	10,58	66,86
Bandelė su dešrele	PV-16	95	7,93	16,98	27,03	284,27
Kmynų arbata	G-20	200	0,20	0,15	0,50	3,33
Iš viso:			9,49	19,75	38,11	354,46
Iš viso (dienos davinio):			47,67	42,00	164,06	1200,01

Direktorė

Elena Čekienė

TVIRTINU
Direktorė
Elena Čekienė

202__ m. _____ mėn. _____ d.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

**Įstaigos darbo laikas
Nuo 07.00 iki 17.30 val.**

Pastaba. Galimi nereikšmingi keitimai, t.y. pakeisti vieną maisto produktą tos pačios maisto produktų grupės kitu maistu, kai mitybinė vertė nepablogėja, o energetinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimt procentų. Taip pat patiekalai keičiami atsižvelgiant į sezoniškumą (pvz. burokėlių sriubą į šaltibarščius ir pan.). Vaisiai išduodami pagal sezoniškumą.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė (T)	K-1	185	5,45	4,11	34,95	195,97
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			9,72	7,87	61,63	366,22

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lašišos sriuba (T)	S-1	150	5,67	10,87	4,34	129,39
Troškintas kiaulienos vyniotinis su morkų įdaru (T)	A-1	75	13,28	6,26	5,46	130,90
Virtos bulvės (T)	PG-1	100	2,02	0,20	16,46	74,74
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	55	1,29	1,46	5,47	37,23
Pomidorų salotos	SL-2	50	0,70	1,25	2,87	22,21
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Razinių kompotas	G-8	200	0,70	0,17	18,19	71,24
Iš viso:			25,39	20,53	65,76	519,20

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	PV-1	220	10,30	10,34	59,39	355,88
Melisos arbata	G-16	200				
Iš viso:			10,30	10,34	59,39	355,88
Iš viso (dienos davinio):			45,41	38,74	186,78	1241,29

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su bananais (T)	K-2	200	8,47	6,51	37,70	234,33
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Čiobrelių arbata	G-2	200				
Iš viso:			9,11	7,15	58,50	338,33

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis (T)	S-2	105	1,24	2,86	9,13	63,98
Kalakutienos kukuliukai (T)	A-2	80	17,60	3,49	6,84	129,01
Troškinti ryžiai su ciberžole (T)	PG-2	100	2,54	1,55	24,29	120,03
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	1,91	4,11	10,54	80,87
Kopūstų salotos su morkomis (su aliejumi)	SL-1	50	0,70	2,59	2,95	33,79
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	200	0,19	0,18	5,57	22,44
Iš viso:			25,91	15,09	72,29	503,61

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu, žaliaisiais žirneliais ir pomidorais (T)	PV-3	220	16,99	9,43	40,33	308,93
Kakava su pienu	G-17	200	3,74	3,35	6,50	65,60
Iš viso:			20,73	12,78	46,83	374,53
Iš viso (dienos davinio):			55,75	35,02	177,62	1216,47

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (T)	K-3	200	4,19	7,59	28,64	201,50
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	200				
Iš viso:			4,83	8,23	49,44	305,50

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (T)	S-3	105	2,79	3,32	19,05	118,43
Keptas jūros lydekos apkepas (T)	A-3	75	14,73	3,19	10,08	129,45
Bulvių košė su svogūnais	PG-3	100	2,06	2,04	13,73	79,42
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	75	0,78	3,72	6,39	55,02
Burokėlių salotos	SL-3	50	0,79	2,06	4,78	36,48
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių – kmylių gėrimas	G-9	200	0,34	0,28	10,12	45,96
Iš viso:			23,21	14,92	77,12	518,25

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai su vaniliniu padažu	PV-2	200	13,03	7,11	64,62	357,96
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	200				
Iš viso:			13,03	7,11	64,62	357,96
Iš viso (dienos davinio):			41,07	30,26	191,19	1181,72

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė (T)	K-4	200	6,12	4,62	36,48	204,04
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			10,39	8,38	63,15	374,29

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su vištienos gabaliukais ir žirneliais (T)	S-4	150	4,93	1,68	2,81	44,99
Veršienos befstrogenas (T)	A-4	120	14,72	8,68	5,72	155,93
Virti griekiai (T)	PG-4	100	6,30	1,55	34,65	174,50
Šaldytų daržovių troškiny (T)	DG-4	70	0,83	0,15	3,53	22,50
Kopūstų – morkų – salierų salotos	SL-4	50	0,73	2,59	3,05	33,99
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Šaldytų uogų kompotas	G-10	200	0,43	0,87	5,37	22,24
Iš viso:			29,66	15,85	68,10	507,64

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai su sviesto – grietinės padažu (T)	PV-4	165	20,80	14,63	36,72	354,40
Ramunėlių arbata	G-19	200				
Iš viso:			20,80	14,63	36,72	354,40
Iš viso (dienos davinio):			60,84	38,86	167,97	1236,33

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška bolivinės balandos ir obuolių košė su šaldytomis uogomis (T)	K-14	180	6,42	3,72	42,44	228,73
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			7,10	4,39	63,89	334,90

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (T)	S-5	105	5,76	3,10	16,14	106,49
Keptas vištienos maltinukas (T)	A-5	75	17,61	2,79	5,34	116,52
Bulvių košė	PG-5	100	2,13	2,02	14,68	84,53
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	75	1,35	1,43	9,72	51,19
Morkų ir obuolių salotos	SL-5	50	0,29	2,66	5,86	45,28
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Džiovintų abrikosų kompotas	G-14	200	0,72	0,09	10,45	41,89
Iš viso:			29,57	12,41	75,15	499,39

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės suflė su trintais persikais (T)	PV-5	200	21,32	16,64	32,91	363,24
Kmylių arbata	G-20	200	0,20	0,15	0,50	3,33
Iš viso:			21,52	16,78	33,41	366,57
Iš viso (dienos davinio):			58,19	33,58	172,44	1200,86

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su bananiniu padažu (T)	K-10	200	3,65	2,80	40,75	199,25
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			7,91	6,57	67,43	369,50

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su jūros lydekos kukuliais (T)	S-6	105	3,38	1,65	7,53	57,43
Balandėliai su kiauliena ir daržovėmis (T)	A-6	120	19,37	12,97	8,38	225,82
Bulvių košė su morkomis	PG-7	100	1,87	1,77	12,70	71,11
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	55	1,29	1,46	5,47	37,23
Morkų salotos	SL-11	50	0,67	1,46	4,64	29,93
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių gėrimas	G-12	200	0,10	0,10	10,00	44,00
Iš viso:			28,40	19,74	61,70	519,01

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronų ir varškės apkepas su džemu (T)	PV-6	250	13,89	12,36	42,02	335,36
Melisos arbata	G-16	200				
Iš viso:			13,89	12,36	42,02	335,36
Iš viso (dienos davinio):			50,20	38,66	171,15	1223,87

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė (T)	K-5	200	8,28	7,64	35,42	240,67
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Erškėtrožių ir šaltalankių arbata	G-5	200				
Iš viso:			8,92	8,28	56,22	344,67

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (T)	S-7	105	1,21	2,84	8,55	63,40
Kalakutienos šnicelis (T)	A-7	80	17,44	3,50	3,16	113,68
Virti ryžiai (T)	PG-6	100	2,49	1,56	26,88	129,18
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	1,91	4,11	10,54	80,87
Kopūstų salotos su obuoliais	SL-7	50	0,57	2,60	3,20	35,08
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Razinų – abrikosų kompotas	G-13	200	0,42	0,11	9,30	36,59
Iš viso:			25,76	15,04	74,60	512,29

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su dešrele, žirneliais ir pomidorais (T)	PV-7	200	13,52	13,87	34,12	309,12
Kakava su pienu	G-17	200	3,74	3,35	6,50	65,60
Iš viso:			17,26	17,22	40,62	374,72
Iš viso (dienos davinio):			51,94	40,55	171,44	1231,68

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su pakepintas svogūnais (T)	K-6	210	5,52	7,21	29,66	213,93
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	200				
Iš viso:			6,16	7,85	50,46	317,93

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (T)	S-8	105	1,53	2,91	10,86	75,39
Kepta su garais riebi (lašiša, upėtakis) žuvis su provanso žolelėmis (T)	A-13	90	19,69	11,86	0,66	186,85
Bulvių košė	PG-5	100	2,13	2,02	14,68	84,53
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	75	1,35	1,43	9,72	51,19
Pekino kopūstų salotos	SL-8	50	0,55	1,21	1,51	17,47
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių – kmynų gėrimas	G-9	200	0,34	0,28	10,12	45,96
Iš viso:			27,31	20,03	60,53	514,90

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su varškės įdaru	PV-8	225	11,24	11,88	42,01	316,52
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			11,29	11,91	42,65	318,69
Iš viso (dienos davinio):			44,75	39,79	153,64	1151,52

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su vaniliniu padažu (T)	K-7	225	6,64	5,42	34,18	203,00
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			10,91	9,18	60,86	373,25

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių–pomidorų sriuba (T)	S-9	105	1,18	2,90	10,56	70,88
Troškintas jautienos maltinukas (T)	A-9	75	16,43	4,19	5,02	124,27
Troškintos kukurūzų kruopos (T)	PG-8	100	4,61	6,39	24,31	162,40
Šaldytų daržovių troškiny (T)	DG-4	70	0,83	0,15	3,53	22,50
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	50	0,46	2,62	4,62	39,19
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Šaldytų uogų kompotas	G-10	200	0,43	0,87	5,37	22,24
Iš viso:			25,65	17,45	66,37	494,97

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su džemu (T)	PV-9	190	22,99	13,96	34,97	357,30
Ramunėlių arbata	G-19	200				
Iš viso:			22,99	13,96	34,97	357,30
Iš viso (dienos davinio):			59,55	40,59	162,19	1225,51

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinė kruopų košė (T)	K-8	200	7,11	6,83	34,07	229,42
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbata su obuoliais ir spanguolėmis	G-6	200				
Iš viso:			7,75	7,47	54,87	333,42

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su jautienos gabaliukais ir šaldytomis daržovėmis (T)	S-10	150	4,34	2,01	2,49	45,22
Vištienos kukuliukai (T)	A-10	80	14,26	7,11	10,16	153,64
Virti griekiai (T)	PG-4	100	6,30	1,55	34,65	174,50
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	75	0,78	3,72	6,39	55,02
Agurkų salotos	SL-10	50	0,49	1,23	1,26	16,41
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	200	0,19	0,16	5,65	22,24
Iš viso:			28,09	16,09	73,57	520,52

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Keptos bulvės su svogūnais ir kefyru	PV-10	375	10,09	13,27	36,87	304,86
Kmylių arbata	G-20	200	0,20	0,15	0,50	3,33
Iš viso:			10,28	13,41	37,37	308,19
Iš viso (dienos davinio):			46,12	36,97	165,81	1162,13

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (T)	K-9	200	7,71	6,67	29,65	201,71
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			11,98	10,43	56,32	371,96

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Jūros lydekos sriuba (T)	S-11	150	5,07	1,85	9,53	75,09
Keptas kiaulienos apkepas (T)	A-11	75	11,33	5,48	6,56	120,93
Ryžių troškiny su pomidorais (T)	PG-9	100	3,67	2,84	26,58	143,78
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	55	1,29	1,46	5,47	37,23
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais	SL-6	50	1,13	2,55	5,39	43,28
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	200	0,19	0,18	5,57	22,44
Iš viso:			24,41	14,66	72,07	496,23

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių blynai	PV-11	225	10,94	9,50	61,49	356,68
Melisos arbata	G-16	200				
Iš viso:			10,94	9,50	61,49	356,68
Iš viso (dienos davinio):			47,33	34,59	189,88	1224,87

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška bulgur kruopų košė su bananais ir šilauogėmis (T)	K-14	200	8,11	1,86	42,74	234,52
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Čiobrelių arbata	G-2	200				
Iš viso:			8,75	2,50	63,54	338,52

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (T)	S-12	105	2,21	3,01	15,22	96,85
Kalakutienos pūkučiai (T)	A-12	80	14,68	4,44	5,02	116,64
Bulvių košė	PG-5	100	2,13	2,02	14,68	84,53
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	1,91	4,11	10,54	80,87
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	50	0,46	2,62	4,62	39,19
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Razinų – obuolių kompotas	G-15	200	0,49	0,22	13,34	52,86
Iš viso:			23,60	16,74	76,39	524,44

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su troškintos mėsos ir pomidorų padažu (T)	PV-12	210	17,12	11,16	47,46	362,30
Vaisinė arbata	G-21	200				
Iš viso:			17,12	11,16	47,46	362,30
Iš viso (dienos davinio):			49,46	30,40	187,39	1225,25

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pusryčių košė su uogomis (T)	K-11	200	7,71	4,39	39,18	219,25
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	200				
Iš viso:			8,35	5,02	59,98	323,25

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių–perlinių kruopų sriuba (T)	S-13	105	3,38	2,99	12,20	85,57
Keptas jūros lydekos maltinis su varške (T)	A-8	75	14,37	4,73	9,82	141,22
Bulvių košė su sūriu	PG-10	100	5,00	4,94	12,40	114,19
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	75	1,35	1,43	9,72	51,19
Kopūstų, agurkų, pomidorų salotos su paprikomis	SL-14	50	0,57	2,60	2,12	31,09
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių – kmylių gėrimas	G-9	200	0,34	0,28	10,12	45,96
Iš viso:			26,75	17,29	69,35	522,72

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvinės bandelės su varške	PV-13	285	14,89	14,32	43,58	360,91
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	200				
Iš viso:			14,89	14,32	43,58	360,91
Iš viso (dienos davinio):			49,99	36,63	172,91	1206,87

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su bulvėmis ir morkomis (T)	K-13	200	4,80	3,45	31,71	180,05
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			9,07	7,22	58,39	350,30

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su miltiniais kukuliais (T)	S-14	105	4,24	4,58	16,36	113,69
Virti jautienos kukuliukai (T)	A-14	80	14,42	4,57	10,44	140,06
Troškintos bulvės (T)	PG-11	100	1,74	2,19	14,47	82,44
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	1,91	4,11	10,54	80,87
Kopūstų salotos su paprikomis	SL-13	50	0,81	1,24	2,93	22,50
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Šaldytų uogų kompotas	G-10	200	0,43	0,87	5,37	22,24
Iš viso:			25,27	17,87	73,08	515,30

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai su bananais ir vaniliniu padažu	PV-14	190	10,30	5,44	65,40	335,77
Ramunėlių arbata	G-19	200				
Iš viso:			10,30	5,44	65,40	335,77
Iš viso (dienos davinio):			44,64	30,53	196,87	1201,37

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (BE KIAUŠINIŲ)

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė (T)	K-12	200	7,38	7,55	35,51	242,02
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			8,07	8,22	56,95	348,19

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su vištienos gabaliukais (T)	S-15	150	4,93	1,67	7,07	60,84
Keptas vištienos apkepas (T)	A-15	75	15,21	4,66	4,39	120,45
Virti griekiai (T)	PG-4	100	6,30	1,55	34,65	174,50
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	75	0,78	3,72	6,39	55,02
Agurkų – pomidorų salotos	SL-12	50	0,50	1,22	1,55	17,24
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	200	0,19	0,16	5,65	22,24
Iš viso:			29,63	13,29	72,67	503,79

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių salotos (T)	PV-15	90	1,37	2,63	10,58	66,86
Bandelė su dešrele	PV-16	95	7,37	16,45	27,00	277,21
Kmyrų arbata	G-20	200	0,20	0,15	0,50	3,33
Iš viso:			8,94	19,22	38,07	347,39
Iš viso (dienos davinio):			46,64	40,72	167,70	1199,37

Direktorė
Elena Čekienė

TVIRTINU
Direktorė
Elena Čekienė

202__ m. _____ mėn. _____ d.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRINIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

**Įstaigos darbo laikas
Nuo 07.00 iki 17.30 val.**

Pastaba. Galimi nereikšmingi keitimai, t.y. pakeisti vieną maisto produktą tos pačios maisto produktų grupės kitu maistu, kai mitybinė vertė nepablogėja, o energetinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimt procentų. Taip pat patiekalai keičiami atsižvelgiant į sezoniškumą (pvz. burokėlių sriubą į šaltibarščius ir pan.). Vaisiai išduodami pagal sezoniškumą.

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRIŅIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė (T)	K-1	185	5,45	4,11	34,95	195,97
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			9,72	7,87	61,63	366,22

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lašišos sriuba (T)	S-1	150	5,67	10,87	4,34	129,39
Troškintas kiaulienos vyniotinis su morkų įdaru (T)	A-1	75	14,25	7,06	0,64	122,22
Virtos bulvės (T)	PG-1	100	2,02	0,20	16,46	74,74
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	55	1,29	2,06	5,47	42,61
Pomidorų salotos	SL-2	50	0,76	1,92	2,93	28,76
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	200	0,19	0,18	5,57	22,44
Iš viso:			25,90	22,60	48,39	473,66

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	PV-1	220	10,48	11,72	52,24	339,98
Melisos arbata	G-16	200				
Iš viso:			10,48	11,72	52,24	339,98
Iš viso (dienos davinio):			46,10	42,20	162,26	1179,86

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRIŅIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su bananais (T)	K-2	200	8,47	6,51	37,70	234,33
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Čiobrelių arbata	G-2	200				
Iš viso:			9,11	7,15	58,50	338,33

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis (T)	S-2	105	1,21	2,86	8,13	59,88
Kalakutienos kukuliukai (T)	A-2	80	16,99	3,98	0,90	106,72
Troškinti ryžiai su ciberžole (T)	PG-2	100	2,54	1,55	24,29	120,03
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	2,12	4,54	9,49	80,94
Kopūstų salotos su morkomis (su aliejumi)	SL-1	50	0,70	2,59	2,95	33,79
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	200	0,19	0,18	5,57	22,44
Iš viso:			25,49	16,01	64,31	477,29

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su sūriu, žaliaisiais žirneliais ir pomidorais (T)	PV-3	220	17,89	17,59	9,83	259,26
Kakava su pienu	G-17	200	3,74	3,35	6,50	65,60
Iš viso:			21,63	20,94	16,33	324,86
Iš viso (dienos davinio):			56,22	44,10	139,14	1140,48

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRIŅIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (T)	K-3	200	4,19	7,09	28,64	197,01
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	200				
Iš viso:			4,83	7,73	49,44	301,01

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (T)	S-3	105	2,79	3,07	19,05	116,19
Keptas jūros lydekos apkepas (T)	A-3	75	13,67	3,49	1,44	92,38
Bulvių košė su svogūnais	PG-3	100	2,06	1,79	13,73	77,18
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	75	0,78	4,07	6,39	58,16
Burokėlių salotos	SL-3	50	0,79	2,06	4,78	36,48
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių – kmylių gėrimas	G-9	200	0,34	0,28	10,12	45,96
Iš viso:			22,15	15,07	68,49	479,84

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Blynai su grietine	PV-2	200	11,24	11,22	50,38	332,66
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	200				
Iš viso:			11,24	11,22	50,38	332,66
Iš viso (dienos davinio):			38,22	34,02	168,31	1113,51

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRINIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė (T)	K-4	200	6,12	4,62	36,48	204,04
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			10,39	8,38	63,15	374,29

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su vištienos gabaliukais ir žirneliais (T)	S-4	150	4,93	1,68	2,81	44,99
Veršienos befstrogenas (T)	A-4	120	14,69	8,68	5,12	153,38
Virti griekiai (T)	PG-4	100	6,30	1,55	34,65	174,50
Šaldytų daržovių troškiny (T)	DG-4	70	0,83	0,15	3,53	22,50
Kopūstų – morkų – salierų salotos	SL-4	50	0,73	2,59	3,05	33,99
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Šaldytų uogų kompotas	G-10	200	0,43	0,87	5,37	22,24
Iš viso:			29,62	15,85	67,50	505,09

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai su sviesto – grietinės padažu (T)	PV-4	165	20,79	15,35	30,15	334,37
Ramunėlių arbata	G-19	200				
Iš viso:			20,79	15,35	30,15	334,37
Iš viso (dienos davinio):			60,80	39,58	160,80	1213,75

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRIŅIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

1 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška bolivinės baltos ir obuolių košė su šaldytomis uogomis (T)	K-14	180	6,42	3,72	41,52	225,09
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			7,10	4,39	62,97	331,26

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (T)	S-5	105	5,82	3,85	16,21	113,77
Keptas vištienos maltinukas (T)	A-5	75	19,46	3,14	0,55	107,46
Bulvių košė	PG-5	100	2,13	2,37	14,68	87,67
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	75	1,23	2,03	5,22	38,20
Morkų ir obuolių salotos	SL-5	50	0,29	2,66	5,86	45,28
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	200	0,19	0,18	5,57	22,44
Iš viso:			30,84	14,54	61,05	468,32

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės suflė su trintomis uogomis (T)	PV-5	200	21,32	19,04	14,97	310,08
Kmynų arbata	G-20	200	0,20	0,15	0,50	3,33
Iš viso:			21,52	19,18	15,47	313,41
Iš viso (dienos davinio):			59,47	38,11	139,49	1112,99

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRINIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su bananiniu padažu (T)	K-10	200	3,77	2,92	35,58	180,30
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			8,03	6,69	62,25	350,55

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su jūros lydekos kukuliais (T)	S-6	105	3,51	1,80	7,29	58,33
Balandėliai su kiauliena ir daržovėmis (T)	A-6	120	19,34	13,30	3,75	210,33
Bulvių košė su morkomis	PG-7	100	1,87	1,77	12,70	71,11
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	55	1,29	2,06	5,47	42,61
Morkų salotos	SL-11	50	0,66	1,22	4,58	27,42
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių gėrimas	G-12	200	0,10	0,10	10,00	44,00
Iš viso:			28,50	20,57	56,77	507,30

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronų ir varškės apkepas (T)	PV-6	250	15,29	13,60	31,75	314,39
Melisos arbata	G-16	200				
Iš viso:			15,29	13,60	31,75	314,39
Iš viso (dienos davinio):			51,83	40,86	150,77	1172,24

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRYNIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė (T)	K-5	200	8,28	7,64	35,42	240,67
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Erškėtrožių ir šaltalankių arbata	G-5	200				
Iš viso:			8,92	8,28	56,22	344,67

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (T)	S-7	105	1,21	2,84	7,86	60,63
Kalakutienos šnicelis (T)	A-7	80	17,53	4,14	0,99	110,88
Virti ryžiai (T)	PG-6	100	2,49	1,56	26,88	129,18
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	2,12	4,54	9,49	80,94
Kopūstų salotos su obuoliais	SL-7	50	0,57	2,60	3,20	35,08
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	200	0,19	0,18	5,57	22,44
Iš viso:			25,83	16,18	66,96	492,64

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su dešrele, žirneliais ir pomidorais (T)	PV-7	200	13,70	20,50	8,61	264,38
Kakava su pienu	G-17	200	3,74	3,35	6,50	65,60
Iš viso:			17,44	23,85	15,11	329,98
Iš viso (dienos davinio):			52,19	48,31	138,28	1167,28

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRINIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su pakepintas svogūnais (T)	K-6	210	5,52	7,21	29,66	213,93
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	200				
Iš viso:			6,16	7,85	50,46	317,93

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (T)	S-8	105	1,65	4,41	11,00	89,94
Kepta su garais riebi (lašiša, upėtakis) žuvis su provanso žolelėmis (T)	A-13	90	19,30	11,63	0,66	183,23
Bulvių košė	PG-5	100	2,13	2,37	14,68	87,67
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	75	1,23	2,03	5,22	38,20
Pekino kopūstų salotos	SL-8	50	0,58	1,59	1,55	21,11
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių – kmynų gėrimas	G-9	200	0,34	0,28	10,12	45,96
Iš viso:			26,95	22,62	56,21	519,62

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su varškės įdaru	PV-8	225	14,34	15,82	27,21	306,50
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			14,39	15,84	27,85	308,67
Iš viso (dienos davinio):			47,50	46,32	134,52	1146,22

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRINIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (T)	K-7	225	6,77	5,54	30,50	189,97
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			11,03	9,30	57,18	360,22

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių–pomidorų sriuba (T)	S-9	105	1,18	2,90	10,56	70,88
Troškintas jautienos maltinukas (T)	A-9	75	15,78	4,35	0,21	103,44
Troškintos kukurūzų kruopos (T)	PG-8	100	4,61	6,39	24,31	162,40
Šaldytų daržovių troškiny (T)	DG-4	70	0,83	0,15	3,53	22,50
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	50	0,46	2,62	4,62	39,19
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Šaldytų uogų kompotas	G-10	200	0,43	0,87	5,37	22,24
Iš viso:			25,00	17,61	61,56	474,15

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su trintomis uogomis ir jogurtu (T)	PV-9	190	27,00	20,21	14,11	343,04
Ramunėlių arbata	G-19	200				
Iš viso:			27,00	20,21	14,11	343,04
Iš viso (dienos davinio):			63,03	47,12	132,85	1177,40

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRINIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

2 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinė kruopų košė (T)	K-8	200	7,11	6,83	34,07	229,42
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbata su obuoliais ir spanguolėmis	G-6	200				
Iš viso:			7,75	7,47	54,87	333,42

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su jautienos gabaliukais ir šaldytomis daržovėmis (T)	S-10	150	4,34	2,01	2,49	45,22
Vištienos kukuliukai (T)	A-10	80	13,31	6,94	0,53	111,60
Virti griekiai (T)	PG-4	100	6,30	1,55	34,65	174,50
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	75	0,78	4,07	6,39	58,16
Agurkų salotos	SL-10	50	0,49	1,23	1,26	16,41
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	200	0,19	0,16	5,65	22,24
Iš viso:			27,13	16,27	63,94	481,63

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Keptos bulvės su svogūnais ir kefyru	PV-10	375	10,09	13,27	36,87	304,86
Kmylių arbata	G-20	200	0,20	0,15	0,50	3,33
Iš viso:			10,28	13,41	37,37	308,19
Iš viso (dienos davinio):			45,17	37,15	156,18	1123,24

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRINIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (T)	K-9	200	7,71	6,67	29,65	201,71
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			11,98	10,43	56,32	371,96

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Jūros lydekos sriuba (T)	S-11	150	5,48	1,90	9,23	76,04
Keptas kiaulienos apkepas (T)	A-11	75	10,43	5,58	0,30	92,63
Ryžių troškiny su pomidorais (T)	PG-9	100	3,58	2,84	23,99	133,03
Morkos su žaliaisiais žirneliais (T)	DG-1	55	1,29	2,06	5,47	42,61
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais	SL-6	50	1,13	2,55	5,39	43,28
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	200	0,19	0,18	5,57	22,44
Iš viso:			23,83	15,41	62,91	463,52

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių blynai	PV-11	225	11,12	10,88	56,84	350,66
Melisos arbata	G-16	200				
Iš viso:			11,12	10,88	56,84	350,66
Iš viso (dienos davinio):			46,93	36,72	176,07	1186,14

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRINIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška bulgur kruopų košė su bananais ir šilauogėmis (T)	K-14	200	8,11	1,86	42,74	234,52
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Čiobrelių arbata	G-2	200				
Iš viso:			8,75	2,50	63,54	338,52

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (T)	S-12	105	2,19	3,31	14,45	96,36
Kalakutienos pūkučiai (T)	A-12	80	16,21	6,17	1,07	121,21
Bulvių košė	PG-5	100	2,13	2,37	14,68	87,67
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	2,12	4,54	9,49	80,94
Morkų, salierų ir obuolių salotos	SL-9	50	0,46	2,62	4,62	39,19
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – cinamono kompotas	G-7	200	0,19	0,18	5,57	22,44
Iš viso:			25,02	19,50	62,85	501,31

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su troškintos mėsos ir pomidorų padažu (T)	PV-12	210	17,78	8,68	43,46	325,59
Vaisinė arbata	G-21	200				
Iš viso:			17,78	8,68	43,46	325,59
Iš viso (dienos davinio):			51,54	30,68	169,84	1165,42

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRINIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pusryčių košė su uogomis (T)	K-11	200	7,71	4,39	36,19	207,40
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Raudonoji arbata	G-3	200				
Iš viso:			8,35	5,02	56,99	311,40

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių–perlinių kruopų sriuba (T)	S-13	105	3,38	2,99	12,20	85,57
Keptas jūros lydekos maltinis su varške (T)	A-8	75	16,13	5,38	2,72	125,34
Bulvių košė su sūriu	PG-10	100	5,00	4,94	12,40	114,19
Troškinti kopūstai (T)	DG-5	75	1,23	2,03	5,22	38,20
Kopūstų, agurkų, pomidorų salotos su paprikomis	SL-14	50	0,57	2,60	2,12	31,09
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių sulčių – kmynų gėrimas	G-9	200	0,34	0,28	10,12	45,96
Iš viso:			28,38	18,54	57,75	493,85

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvinės bandelės su varške	PV-13	285	15,02	16,12	37,08	350,94
Arbatžolių arbata su kardamonu	G-18	200				
Iš viso:			15,02	16,12	37,08	350,94
Iš viso (dienos davinio):			51,76	39,69	151,82	1156,19

Direktorė
Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKRINIO DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su bulvėmis ir morkomis (T)	K-13	200	4,80	2,45	31,71	171,07
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Pienas	G-1	125	3,63	3,13	5,88	66,25
Iš viso:			9,07	6,22	58,39	341,32

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (T)	S-14	105	2,84	4,10	7,88	72,51
Virti jautienos kukuliukai (T)	A-14	80	15,39	4,90	6,14	129,43
Troškintos bulvės (T)	PG-11	100	1,65	1,69	13,07	72,00
Troškinti burokėliai (T)	DG-2	70	2,12	4,54	9,49	80,94
Kopūstų salotos su paprikomis	SL-13	50	0,90	2,37	3,03	33,42
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Šaldytų uogų kompotas	G-10	200	0,43	0,87	5,37	22,24
Iš viso:			25,05	18,78	57,96	464,03

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai su bananais ir jogurtu	PV-14	190	10,45	6,44	58,24	316,75
Ramunėlių arbata	G-19	200				
Iš viso:			10,45	6,44	58,24	316,75
Iš viso (dienos davinio):			44,57	31,44	174,58	1122,10

Direktorė

Elena Čekienė

VISAGINO VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO „AUKSINIS RAKTELIS“

15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠTIS (CUKROČIŲ DIABETO)

4-7 m. amžiaus vaikams

3 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 8:00 – 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė (T)	K-12	200	7,38	7,55	35,51	242,02
Sezoniniai vaisiai	KT-2	100	0,64	0,64	20,80	104,00
Arbatžolių arbata su citrina	G-4	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			8,07	8,22	56,95	348,19

Pietūs 12:00 – 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su vištienos gabaliukais (T)	S-15	150	4,93	1,67	7,07	60,84
Keptas vištienos apkepas (T)	A-15	75	15,61	3,71	0,21	96,23
Virti griekiai (T)	PG-4	100	6,30	1,55	34,65	174,50
Troškinti morkų kubeliai (T)	DG-3	75	0,78	4,07	6,39	58,16
Agurkų – pomidorų salotos	SL-12	50	0,50	1,22	1,55	17,24
Viso grūdo ruginė duona	KT-1	25	1,73	0,33	12,98	53,50
Obuolių – kriaušių kompotas	G-11	200	0,19	0,16	5,65	22,24
Iš viso:			30,04	12,69	68,49	482,72

Vakarienė 15:30 – 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių salotos (T)	PV-15	90	1,37	2,63	10,58	66,86
Bandelė su dešrele	PV-16	95	7,93	16,98	24,54	274,40
Kmynų arbata	G-20	200	0,20	0,15	0,50	3,33
Iš viso:			9,49	19,75	35,61	344,58
Iš viso (dienos davinio):			47,60	40,65	161,06	1175,49

Direktorė
Elena Čekienė

DETALŪS METADUOMENYS	
Dokumento sudarytojas (-ai)	Visagino vaikų lopšelis-darželis 'Auksinis raktelis'
Dokumento pavadinimas (antraštė)	Dėl 15 dienų valgiaraščių patvirtinimo
Dokumento registracijos data ir numeris	2023-03-29 Nr. V-15
Dokumento gavimo data ir dokumento gavimo registracijos numeris	-
Dokumento specifikacijos identifikavimo žymuo	ADOC-V1.0
Parašo paskirtis	Pasirašymas
Parašą sukūrusio asmens vardas, pavardė ir pareigos	Elena Čekienė Direktorė
Parašo sukūrimo data ir laikas	2023-03-29 13:11
Parašo formatas	Einamojo galiojimo (XAdES-EPES)
Laiko žymoje nurodytas laikas	
Informacija apie sertifikavimo paslaugų teikėją	EID-SK 2016
Sertifikato galiojimo laikas	2018-06-14 14:27 - 2023-06-13 23:59
Informacija apie būdus, naudotus metaduomenų vientisumui užtikrinti	-
Pagrindinio dokumento priedų skaičius	6
Pagrindinio dokumento pridedamų dokumentų skaičius	0
Pridedamo dokumento sudarytojas (-ai)	-
Pridedamo dokumento pavadinimas (antraštė)	15_dienų_meniu_1-3.pdf
Pridedamo dokumento registracijos data ir numeris	-
Pridedamo dokumento sudarytojas (-ai)	-
Pridedamo dokumento pavadinimas (antraštė)	15_dienų_meniu_1-3_PM_be_pieno.pdf
Pridedamo dokumento registracijos data ir numeris	-
Pridedamo dokumento sudarytojas (-ai)	-
Pridedamo dokumento pavadinimas (antraštė)	15_dienų_meniu_1-3_PM_be_pieno_kiausiniu.pdf
Pridedamo dokumento registracijos data ir numeris	-
Pridedamo dokumento sudarytojas (-ai)	-
Pridedamo dokumento pavadinimas (antraštė)	15_dienų_meniu_4-7.pdf
Pridedamo dokumento registracijos data ir numeris	-
Pridedamo dokumento sudarytojas (-ai)	-
Pridedamo dokumento pavadinimas (antraštė)	15_dienų_meniu_4-7_PM_be_kiausiniu.pdf
Pridedamo dokumento registracijos data ir numeris	-
Pridedamo dokumento sudarytojas (-ai)	-
Pridedamo dokumento pavadinimas (antraštė)	15_dienų_meniu_4-7_PM_CD.pdf
Pridedamo dokumento registracijos data ir numeris	-
Programinės įrangos, kuria naudojantis sudarytas elektroninis dokumentas, pavadinimas	Elpako v.20230328.2
Informacija apie elektroninio dokumento ir elektroninio (-ių) parašo (-ų) tikrinimą (tikrinimo data)	Pasibaigė el. parašo pasirašymo sertifikato "G=ELENA,SN=ČEKIENĖ,CN=ELENA\,ČEKIENĖ,C=LT" galiojimo laikas "2023-06-13 23:59:59"
Elektroninio dokumento nuorašo atspausdinimo data ir ją atspausdinęs darbuotojas	2024-02-02 nuorašą suformavo Viktorija Ksenofontova
Paieškos nuoroda	-
Papildomi metaduomenys	-