VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS „DAIGELIS“

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
1-3 metų amžiaus grupės

Direktorė
Natalja Melnikova
(parašas)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 07:00 iki 17:30 val.
Nuo pirmadienio iki penktadienio

Vilnius
2026 m.

1 savaitė - Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Avižinių kruopų košė su uogomis (tausojantis)	Kr006	100/15	4,5	2,6	24,2	138
Grikių trapučiai	U051	15	2,4	5,5	15,6	121
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**7,2**	**8,4**	**50,2**	**305**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Trinta daržovių sriuba (tausojantis)	Sr009	100	1,4	1,1	9,6	54
Juoda duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Kalakutienos maltinukas su tarkuotomis morkomis (tausojantis)	P027	65/15	17,9	5,8	1,9	132
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Daržovių salotos su alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S021	50	1,3	1,4	6,6	44
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	25/25	0,8	0,1	1,7	11
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais)	G009	100	0,0	0,0	0,5	2
		Iš viso:	**24,8**	**11,5**	**45,7**	**385**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Virti varškės spygliukai (tausojantis)	V001	120	16,4	8,4	26,2	246
Natūralus jogurtas 2,5%		15	0,5	0,4	0,6	8
Obuoliai		50	0,1	0,1	1,3	6
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**17,0**	**8,9**	**28,1**	**260**
		Iš viso (dienos davinio):	**49,0**	**28,7**	**123,9**	**950**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalja Melnikova

1 savaitė - Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Pieniška miežinių kruopų košė su uogomis (tausojantis)	Kr021	130/15	6,9	1,9	36,5	191
Sūrio lazdelės		20	1,8	0,6	9,4	50
Sezoninių vaisių lėkštelė		70	0,3	0,3	11,7	40
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**9,0**	**2,8**	**57,6**	**281**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Barščių sriuba (tausojantis)	Sr003	100	0,9	0,9	7,4	41
Juoda duona su saulėgrąžomis		20	1,6	1,8	8,2	55
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	D011	90/40	13,2	13,0	26,2	275
Sviesto-grietinės padažas		20	0,5	1,5	0,6	18
Marinuoti(raug.) agurkai		40	0,2	0,0	1,4	7
Šviežių daržovių rinkinukas (3 rūšių daržovės)	D006	15/15/15	0,5	0,1	2,9	14
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais)	G009	100	0,1	0,0	0,2	1
		Iš viso:	**16,9**	**17,4**	**46,9**	**411**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Blyneliai su cukinijomis ir svogūnais	M007	83/7	7,8	8,5	31,6	234
Natūralus jogurtas 2,5%		20	0,7	0,5	0,8	11
Kefyras 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
		Iš viso:	**11,9**	**11,5**	**37,3**	**300**
		Iš viso (dienos davinio):	**37,8**	**31,6**	**141,8**	**992**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalja Melnikova

1 savaitė - Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Manų kruopų košė (tausojantis)	Kr005	100	5,2	0,3	31,4	148
Batonas su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	U053	30/5/10	2,4	5,5	15,6	121
Sezoninių vaisių lėkštelė		60	0,2	0,2	7,8	34
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**7,8**	**5,9**	**54,8**	**304**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Žirnių sriuba su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	Sr015	100	3,4	1,5	11,6	74
Ruginė duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Orkaitėje keptas, spelta miltuose paniruotas vištienos maltinukas (tausojantis)	P011	60	19,1	2,9	7,4	132
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	Gr002	80	3,0	0,1	26,1	118
Morkos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S010	80	0,8	4,2	7,5	71
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,0	0,0	0,5	2,2
		Iš viso:	**27,5**	**8,9**	**61,8**	**437**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis)	V012	66/54	13,1	10,0	15,6	206
Jogurtas su vaisių priedais		125	8,2	2,1	8,6	85
Vaisiai	U027	50	8,1	2,1	2,6	20
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**21,4**	**12,2**	**26,7**	**303**
		Iš viso (dienos davinio):	**56,7**	**27,0**	**143,3**	**1044**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalija Melnikova

1 savaitė - Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis)	Ki003	72/8	9,9	11,7	4,4	162
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Pjaustyti pomidorai	D000.3	30	0,3	0,1	1,2	7
Žirneliai (konservuoti)		30	1,5	0,1	4,7	25
Sezoninių vaisių lėkštelė		70	0,3	0,3	9,1	40
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**13,4**	**12,4**	**30,0**	**285**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Makaronų sriuba su morkomis (tausojantis) (augalinis)	Sr033	100	0,9	3,6	7,3	65
Duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Karališki balandėliai su kiauliena (tausojantis)	K008	27/73	22,2	4,0	7,6	155
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	120	2,7	3,5	20,0	122
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	55/55	1,0	0,2	3,5	20
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,0	0,0	0,7	3
		Iš viso:	**28,1**	**11,6**	**49,6**	**415**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Blynai su bananais	M005	81/9	7,0	5,7	33,0	239
Trintos uogos su bananais		50	0,1	0,1	1,2	56
Pienas 2,5%		100	3,7	2,8	5,4	61
		Iš viso:	**11,1**	**8,8**	**40,0**	**311**
		Iš viso (dienos davinio):	**52,6**	**32,7**	**119,6**	**1011**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalija Melnikova

1 savaitė - Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Sorų kruopų košė su sviestu (tausojantis) (augalinis)	Kr027	150/4	8,5	3,4	40,1	225
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**8,9**	**3,7**	**50,5**	**271**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Lęšių sriuba su daržovėmis (tausojantis)	Sr014	100	1,5	1,5	11,6	66
Viso grūdo ruginė duona		20	1,1	0,2	7,9	38
Orkaitėje kepti žuvies maltiniai su baltu padažu (tausojantis)	Ž002	60/20	15,2	9,2	5,8	167
Bulvių -morkų košė (tausojantis)	Gr017	100	3,2	0,6	24,8	118
Daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S003	50	0,7	1,2	2,7	25
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	20/20	0,8	0,1	2,9	16
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,0	0,0	0,1	1
		Iš viso:	**22,5**	**13,0**	**55,8**	**430**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	Sr025	160/40	6,2	7,5	22,4	182
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su virtais kiaušiniais agurkais ir pomidorais	U022	20/20/10 /10	3,7	1,4	21,3	112
Nesaldinta žolelių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**9,9**	**8,9**	**43,7**	**295**
		Iš viso (dienos davinio):	**41,3**	**25,6**	**150,0**	**995**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalja Melnikova

2 savaitė-Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Penkių kruopų (kviečių, rugių, miežių, grikių, žirnių ar kt.) košė su saulėgrąžomis (tausojantis)	Kr019	100/3	7,7	3,9	25,7	169
Sūris P/nik		20	4,0	2,6	0,7	42
Uogos		15	0,2	0,1	1,9	9
Pienas 2,5%		100	3,4	2,5	4,9	56
Sezoninių vaisių lėkštelė		70	0,6	0,3	8,5	39
		Iš viso:	**15,9**	**9,3**	**41,8**	**315**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Ryžių kruopų sriuba su raudonais pomidorais(tausojantis)	Sr013	100	1,1	1,4	8,9	52
Pilno grūdo ruginė duona		15	0,8	0,1	6,5	30
Vištiena troškinta su bulvėmis ir daržovėmis(morkomis, svogunais) (tausojantis)	P002	60/80/20	9,1	12,8	3,0	162
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	45/45	1,0	0,1	3,4	19
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais)	G009	100	0,0	0,0	0,5	2

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Virti makaronai (tausojantis)	Gr010.1	90	5,7	0,9	31,6	157
Troškintos maltos jautienos padažas (tausojantis)	J005	50	6,7	6,6	5,0	106
Šviežios daržovės	D003	20/20/20	0,8	2,1	4,4	40
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**13,1**	**9,6**	**41,0**	**303**
		Iš viso (dienos davinio):	**44,4**	**34,1**	**128,6**	**997**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalija Melnikova

2 savaitė - Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Kukurūzų kruopų košė su uogomis (tausojantis)	Kr011	100/15	6,9	3,4	21,9	151
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Pienas 2,5%		150	5,1	3,8	7,4	84
		Iš viso:	**12,3**	**7,5**	**39,7**	**280**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Daržovių sriuba su žuvies kukulaičiais tausojantis)	Sr010	100/20	1,1	1,0	5,5	86
Pilno grūdo ruginė duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Grikių troškinys su vištiena	D010	100/60	20,0	5,1	33,7	260
Raugintas agurkas		40	0,2	00	1,3	6,9
Morkų lazdelės	D000	60	1,0	0,2	8,7	41
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,0	0,0	0,3	2
		Iš viso:	**24,0**	**9,0**	**58,0**	**409**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Bulviniai blynai su svogūnais ir cukinijomis	D013	90/2/23	8,4	10,4	24,8	226
Jogurtinė grietinė	S021	20	2,7	5,1	7,1	85
Kefyras 2,5 Vaisiai	G003	100/40	4,2/0,2	2,8/0,2	6,1/4	61,2
		Iš viso:	**11,1**	**15,5**	**31,9**	**311**
		Iš viso (dienos davinio):	**47,5**	**32,0**	**129,5**	**1000**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalja Melnikova

2 savaitė - Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Kuskuso košė su pienu (2,5%) (tausojantis)	U020	98/32	6,9	7,3	23,3	187
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su virtais kiaušiniais, pomidorais	U022	20/10/5	2,7	1,5	10,8	67
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**10,0**	**9,2**	**47,1**	**311**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Pupelių sriuba (tausojantis)	Sr014	100	1,5	1,5	11,6	66
Ruginė duona		15	0,8	0,1	6,5	30
Plovas su kalakutiena (tausojantis)	P023	113/57	22,1	10,8	33,7	320
Marinuoti(rauginti) agurkai		30	0,2	0,0	1,1	5
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	25/25	0,5	0,2	2,2	13
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,0	0,0	0,5	2,2
		Iš viso:	**25,1**	**12,7**	**55,5**	**437**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Sklindžiai su obuoliais	M003	79/11	5,8	9,8	29,3	228
Natūralus jogurtas 3,5%		20	0,6	0,5	0,8	11
Uogos		40	0,1	0,0	1,0	5
Pienas 2,5%		120	4,1	3,0	5,9	67
		Iš viso:	**10,6**	**13,3**	**36,9**	**310**
		Iš viso (dienos davinio):	**45,7**	**35,2**	**139,6**	**1058**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalija Melnikova

2 savaitė - Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Pieniška manų kruopų košė su uogomis (tausojantis)	Kr022	150/15	5,3	8,4	21,5	183
Varškės sūris 19%		30	6,0	3,9	1,1	64
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta žolelių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**11,6**	**12,6**	**33,0**	**292**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Trinta daržovių sriuba (tausojantis)	Sr011	100	1,4	1,1	7,6	46
Ruginė duona		20	1,1	0,2	7,9	38
Kiaulienos guliašas(tausojantis)	K003	60	15,1	5,6	14,4	169
Virti makaronai (tausojantis)	Gr010.1	80	5,0	0,8	28,1	140
Daržovių salotos (augalinis)	S011	35	0,5	1,8	2,1	27
Šviežių daržovių rinkinukas (3 rūšių daržovės)	D006	15/15/15	0,4	0,1	1,4	8
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,1	0,0	0,4	2
		Iš viso:	**23,5**	**9,6**	**62,0**	**429**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Bulvių košė (tausojantis),agurkas (raugintas arba šviežias)	Gr012	180/45	4,5	5,8	33,4	204
Kefyras 2,5		150	5,1	3,8	7,4	84
		Iš viso:	**9,6**	**9,6**	**40,7**	**288**
		Iš viso (dienos davinio):	**44,8**	**31,8**	**135,8**	**1008**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalija Melnikova

2 savaitė - Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Virti kiaušiniai	Ki002	60	7,4	7,0	0,4	94
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr013	100	4,2	1,0	23,1	119
Žirneliai (konservuoti)		30	1,5	0,1	4,7	25
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta vaisinė arbata		100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**13,4**	**8,4**	**38,7**	**285**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr006	100	0,9	1,0	5,8	35
Viso grūdo ruginė duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Žuvies kotletai kepti orkaitėje	Ž013	60	12,8	1,9	11,2	113
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	S009	50	1,1	3,7	3,2	51
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	25/25	0,9	0,1	2,0	13
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,0	0,0	0,7	3
		Iš viso:	**19,4**	**9,9**	**50,1**	**367**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Varškės ir morkų apkepas (tausojantis)	V013	60/20	11,8	10,8	10,4	186
Natūralus jogurtas 2,5%		25	0,8	0,6	1,1	13
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%), fermentiniu sūriu (45%), pomidorais ir agurkais (tausojantis)	U019	20/3/7/5/5	3,3	4,6	10,9	98
Nesaldinta čiobrelių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**15,9**	**16,0**	**22,3**	**297**
		Iš viso (dienos davinio):	**48,7**	**34,3**	**111,1**	**948**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalija Melnikova

3 savaitė -Pirmadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Avižinių kruopų košė paskaninta sviesto gabalėliu, uogomis(tausojantis)	Kr011	180/5/15	8,4	8,3	27,8	219
Sezoninių vaisių lėkštelė		100	0,4	0,4	13,0	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**8,8**	**8,7**	**40,8**	**276**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	100	1,5	1,1	7,4	75
Pilno grūdo ruginė duona		10	0,5	0,1	4,3	20
Kopūstų troškinys su kiauliena (tausojantis)	K005	100/60	13,8	13,7	1,0	308
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	40/40	0,8	0,2	5,1	25
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,1	0,0	0,6	3
		Iš viso:	**23,5**	**22,0**	**34,7**	**431**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Varškės blyneliai	Kr010	81/19	14,3	8,8	21,7	223
Trintos uogos su bananais		60	1,0	0,8	1,3	16
Kakava		100	3,4	2,5	4,9	56
		Iš viso:	**18,7**	**12,1**	**27,9**	**295**
		Iš viso (dienos davinio):	**51,0**	**42,7**	**103,4**	**1002**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalija Malnikova

3 savaitė - Antradienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Grikių kruopų košė (tausojantis)	Kr028	130	4,5	1,1	24,8	127
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su tepamu sūreliu, pomidorais ir agurkais	U049	24/24/11/11	4,5	5,6	14,2	125
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta kmynų arbata	G001	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**9,3**	**7,0**	**49,4**	**298**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Žirnių sriuba su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	Sr016	100	2,1	1,4	8,3	55
Pilno grūdo ruginė duona		20	1,1	0,2	8,7	41
Šutinta vištienos file su žalumynais ir grietinėle (tausojantis)	P013	64/16	16,0	6,7	1,1	128
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	2,3	2,9	16,7	102
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S025	60	1,4	4,4	3,9	61
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	20/20	0,4	0,1	1,6	9
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,0	0,0	0,7	3
		Iš viso:	**23,3**	**15,7**	**40,9**	**398**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)	M008	102/18	11,0	7,8	34,0	250
Pomidorų salotos su špinatais		50	6,0	3,9	1,1	64
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**17,1**	**11,7**	**35,0**	**314**
		Iš viso (dienos davinio):	**49,7**	**34,4**	**125,3**	**1010**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalija Melnikova

3 savaitė -Trečiadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Pieniška ryžių košė paskaninta gabalėliu sviesto (82%) ir uogomis (tausojantis)	Kr003	180/5/10	6,4	6,0	40,4	241
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,8	1,9	9,3	57
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**7,2**	**7,9**	**49,7**	**299**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	100	1,9	1,0	9,3	54
Duona su saulėgrąžomis		20	1,6	1,8	8,2	55
Orkaitėje su garais keptas kalakutienos kukulis (tausojantis)	P016	80	18,9	5,5	5,1	146
Troškinti lęšiai su daržovėmis (tausojantis)	Gr003	100	4,2	0,5	26,1	126
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	20/20	0,8	0,1	2,9	16
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,1	0,0	0,7	3
		Iš viso:	**27,9**	**11,6**	**53,5**	**430**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Mieliniai blynai su bananais ir obuoliais	M004	70/10/10	5,1	9,5	29,1	223
Natūralus jogurtas 2,5%		100	3,3	2,5	4,2	53
Vaisiai		50	0,8	0,3	8,2	38
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**9,2**	**12,3**	**41,4**	**313**
		Iš viso (dienos davinio):	**44,4**	**31,8**	**144,6**	**1043**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalija Melnikova

3 savaitė - Ketvirtadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Omletas su avižų sėlenomis ir žalumynais (tausojantis)	Ki001	90/10	11,7	12,0	8,8	190
Juoda duona su saulėgrąžomis		20	1,6	1,8	8,2	55
Pjaustyti pomidorai	D000.3	40	0,4	0,1	1,6	9
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta mėtų arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**14,0**	**14,2**	**29,0**	**300**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Daržovių sriuba (žiedinių kopūstų,brokolių,žirnelių,morkų) (tausojantis)	Sr012	100	1,5	1,5	11,4	65
Duona		20	1,4	0,3	10,5	50
Orkaitėje su garais kepti kiaulienos maltiniai (tausojantis)	K009	60	11,6	3,5	4,8	97
Virti makaronai (tausojantis)	Gr010	80	5,0	1,0	26,9	136
Daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	S029	35	0,4	2,5	1,2	29
Šviežių daržovių rinkinukas (3 rūšių daržovės)	D006	15/15/15	0,5	0,2	2,0	11
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,1	0,0	0,2	1
		Iš viso:	**20,4**	**9,0**	**57,0**	**390**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Virti bulvių-varškės kukuliai (tausojantis)	M013	100	15,6	8,7	27,4	251
Sviesto-grietinės padažas		20	0,5	0,4	0,6	8
Vaisiai		50	1,3	0,3	7,0	35,9
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**17,3**	**9,4**	**35,1**	**295**
		Iš viso (dienos davinio):	**51,8**	**32,6**	**121,0**	**985**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

...us lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
...alja Melnikova

3 savaitė- Penktadienis

Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Pieniška kvietinių kruopų košė pagardinta gabalėliu sviesto (tausojantis)	Kr023	150/5	9,1	8,5	30,7	236
Sezoninių vaisių lėkštelė		80	0,3	0,3	10,4	46
Nesaldinta vaisinė arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0
		Iš viso:	**9,4**	**8,8**	**41,1**	**282**

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Bulvių sriuba su vištienos kukulaičiais (tausojantis)	Sr011	100/20	1,4	3,5	7,7	68
Orkaitėje kepti žuvies maltinukai (tausojantis)	Ž010	60	12,9	9,0	5,3	154
Virti ryžiai su kariu (tausojantis)	Gr002	100	3,8	0,2	32,6	147
Šviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S022	50	0,5	2,7	2,8	37
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	20/20	0,8	0,1	1,9	12
Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	G009	100	0,1	0,0	0,2	1
		Iš viso:	**19,4**	**15,5**	**50,5**	**419**

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		L	L	L	L	L
Kepti varškėčiai (tausojantis)	V003	90	13,2	8,3	15,3	189
Naturalus jogurtas su vaisiais		125	0,2	0,1	2,6	12
Obuoliai		50	1,6	4,3	8,2	78
Nesaldinta arbatžolių arbata	G003	100	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**15,1**	**12,7**	**26,1**	**279**
		Iš viso (dienos davinio):	**43,9**	**37,0**	**117,7**	**980**

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

Vilniaus lopšelio-darželio "Daigelis"
Direktorė
Natalja Melnikova