VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

2019-08-13 Nr. VVP-9994

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės
globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
2 priedas

Kretingos rajono Vydmantų lopšelis – darželis „Pasagėlė“, Atžalyno g., 2, Vydmantų k. Kretingos sen.

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

1 –3 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.30 iki 18.00 val.

2019-08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS Nr.1

PATVIRTINTA
Kretingos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro direktoriaus
2019 m. liepos 2 d. įsakymu Nr. V-22
PATVIRTINTA
Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė“ direktoriaus
2019 m. liepos 3 d. įsakymu Nr. V1-19

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	II.6	150	5.57	2.31	28.14	155.63
Sviestas 82 %	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Sezoniniai vaisiai*	X.8	150	1.08	0.42	20.55	82.5
Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta)	VI.6	150	0.03	0.02	0.46	1.55
		Iš viso:	**6.72**	**7.73**	**49.2**	**284.62**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (svogūnai, morkos) (augalinis) (tausojantis)	I.8	150	3.32	2.17	12.15	76.78
Šviesi duona	X.10	30	1.59	0.24	16.23	69.3
Keptas kiaulienos kumpinės mėsos maltinukas (tausojantis)	III.8	50	11.87	7.23	3.13	138.46
Virti grikiai (tausojantis)	XIV.3	50	3.15	0.78	17.33	87.25
Morkų salotos su obuoliais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.7	40	0.37	1.77	4.11	29.99
Marinuoti agurkai	XVI.30	20	0.56		0.26	3.2
Vanduo (nesaldintas)	VI.16	150				
		Iš viso:	**20.86**	**12.19**	**53.21**	**404.98**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė **ARBA** (varškės (9%) ir bulvių kukuliai) (tausojantis)**	XIV.6	160	3.54	5.72	25.76	166.92
	VIII.6	100	7.31	5.37	15.45	137.99
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	IV.16	15	0.28	7.95	0.36	74.18
Kefyras 2.5 %	VI.5	100	3.4	2.5	4.9	60
		Iš viso:	**7.22 (10.99)**	**16.17 (15.82)**	**31.02 (20.71)**	**301.10 (272.17)**
		Iš viso (dienos davinio):	**34.80 (38.57)**	**36.09 (35.74)**	**133.42 (123.12)**	**990.70 (961.77)**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

**Galima pasirinkti vakarienei vieną patiekalą iš dviejų pateiktų variantų

LIETUVOS RESPUBLIKA Kretingos visuomenės sveikatos biuras KRETINGA

Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė“

2019-08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su cinamonu, sviestu (82%) ir cukrumi	II.15	150/0,5/6/3	6.2	10.38	32.21	245.51
Žolelių arbata (nesaldinta)	VI.7	150				
Šviesi duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	XIII.2	10./3/7	2.64	4.68	5.7	69.37
		Iš viso:	**8.84**	**15.06**	**37.91**	**314.88**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių - pomidorų sriuba (svogūnai, morkos) (augalinis) (tausojantis)	I.19	150	1.29	2.28	11.87	70.66
Šviesi duona	X.10	30	1.59	0.24	16.23	69.3
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškinys su morkomis (tausojantis)	III.37	67/24	16.78	5.58	3.69	132.21
Bulvių košė (tausojantis)	XIV.6	60	1.29	1.96	9.11	58.65
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.17	60	0.75	2.17	2.94	30.9
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	150	0.04	0.01	0.55	2.15
Sezoniniai vaisiai*	X.8	120	0.86	0.33	16.44	66
		Iš viso:	**22.6**	**12.57**	**60.83**	**429.87**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blyneliai su obuoliais **ARBA** (Lietiniai blynai su bananais)**	V.11	100	5.85	8.6	26.11	176.2
	IX.2	110	5.62	6.84	35.24	225.12
Jogurtas (2.5-3.5%) (padažas)	IV.15	15	0.71	0.38	0.68	9
Pienas (2.5%)	VI.15	100	2.78	2.5	3.65	52.41
		Iš viso:	**9.34 (9.11)**	**11.48 (9.72)**	**30.44 (39.57)**	**237.61 (286.53)**
Iš viso (dienos davinio):			**40.78 (40.55)**	**39.11 (37.35)**	**129.18 (138.31)**	**982.36 (1031.28)**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

****Galima pasirinkti vakarienei vieną patiekalą iš dviejų pateiktų variantų**

LIETUVOS RESPUBLIKA Kretingos rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras KRETINGA
Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė"

2019-08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

1 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų dribsnių košė (tausojantis)	II.3	150	5.74	3	25.29	149.92
Sviestas (82 %)	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Sezoniniai vaisiai*	X.8	120	0.86	0.33	16.44	66
Arbatžolių arbata su pienu (2.5%) (nesaldinta)	VI.3	150	2.72	2	3.92	44.8
		Iš viso:	**9.36**	**10.31**	**45.7**	**305.66**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis (svogūnai, morkos) (augalinis) (tausojantis)	I.6	150	2.59	2.19	13.97	79.33
Ruginė duona	X.4	30	1.86	0.3	13.98	65.4
Virti kiaulienos kumpinės mėsos kukuliai (tausojantis)	III.41	70	16.44	7.31	4.25	142.47
Virtos bulvės (tausojantis)	XIV.1	60	1.22	0.06	11.16	49.41
Troškinti šviežūs kopūstai (tausojantis)	XVI.29	60	1.29	4.17	8.22	69.98
Pomidorai	XVI.3	20	0.2	0.04	0.82	3.4
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	150	0.04	0.01	0.55	2.15
		Iš viso:	**23.64**	**14.08**	**52.95**	**412.14**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	V.12	150	5.46	6.25	18.57	152.52
Bandelė su braškių įdaru	X.13	50	4	3	26.15	151
		Iš viso:	**9.46**	**9.25**	**44.72**	**303.52**
		Iš viso (dienos davinio):	**42.46**	**33.64**	**143.37**	**1021.32**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kretingos rajono savivaldybės
Visuomenės sveikatos biuras
KRETINGA

Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis "Pasagėlė"

2019-08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	XII.7	80	9.59	11.25	7.2	167.5
Šv. Agurkas	XVI.1	20	0.18	0.04	0.46	2.2
Pomidoras	XVI.3	40	0.4	0.08	1.64	6.8
Šviesi duona	X.10	30	1.59	0.24	16.23	69.3
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
		Iš viso:	**11.76**	**11.61**	**25.53**	**245.8**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su bulvėmis (morkos, svogūnai) (augalinis) (tausojantis)	I.14	150	1.11	2.12	7.3	47.93
Ruginė duona	X.4	30	1.86	0.3	13.98	65.4
Troškinta vištienos filė (tausojantis)	III.19	70	16.93	6.89	3.27	141.19
Virti ryžiai (tausojantis)	XIV.8	60	2.2	1.09	19.12	97.99
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.5	65	0.59	2.13	2.08	26.77
Vanduo (nesaldintas)	VI.16	150				
		Iš viso:	**22.69**	**12.53**	**45.75**	**379.28**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) ir bananų apkepas **ARBA** (Varškės (9%) kukuliai) (tausojantis)**	VII.12	110	12.43	8.11	19.78	198.07
	VII.7	100	12	6.69	21.07	193.09
Jogurtas (2.5-3.5%) (padažas)	IV.15	15	0.71	0.38	0.68	9
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
Sezoniniai vaisiai*	X.8	150	0.86	0.42	20.55	82.5
		Iš viso:	**14 (13.57)**	**8.91 (7.49)**	**41.01 (42.30)**	**289.57 (284.59)**
Iš viso (dienos davinio):			**48.45 (48.02)**	**33.05 (31.63)**	**112.29 (113.58)**	**914.65 (909.67)**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

****Galima pasirinkti vakarienei vieną patiekalą iš dviejų pateiktų variantų**

LIETUVOS RESPUBLIKA Kretingos rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras KRETINGA

Kretingos r. Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė"

2019-08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	II.4	150	5.22	2.52	28.07	155.84
Sviestas 82 %	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Kakava su pienu (2.5%) (saldinta)	VI.2	150	2.74	2.21	8.36	63.75
		Iš viso:	**8**	**9.71**	**36.48**	**264.53**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (morkos, svogūnai) sriuba su makaronais (augalinis) (tausojantis)	I.34	150	1.75	2.22	12.21	75.52
Šviesi duona	X.10	20	1.06	0.16	10.84	46.2
Keptas žuvies maltinukas (tausojantis)	III.28	60	12.68	6.11	3.31	108.89
Bulvių košė (tausojantis)	XIV.6	60	1.29	1.96	9.11	58.65
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis)	XVI.31	60	2.09	2.55	5.37	51.77
Šv. Agurkas	XVI.1	20	0.18	0.04	0.46	2.2
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	150	0.04	0.01	0.55	2.15
Sezoniniai vaisiai*	X.8	150	1.08	0.42	20.55	82.5
		Iš viso:	**20.17**	**13.47**	**62.4**	**427.88**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9%) (tausojantis)	VII.3	120	15.99	7.81	27.78	243.59
Trintas uogų padažas/uogienė	IV.12	20/.7	0.17	0.1	4.95	19.65
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
		Iš viso:	**16.16**	**7.91**	**32.73**	**263.24**
		Iš viso (dienos davinio):	**44.33**	**31.09**	**131.61**	**955.65**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA Kretingos rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras KRETINGA
Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė“

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 9 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų dribsnių košė (tausojantis)	II.3	150	5,74	3	25,29	149,92
Sviestas 82 %	IV.4	6	0,04	4,98	0,05	44,94
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
Sezoniniai vaisiai*	X.8	200	1,44	0,56	27,4	110
		Iš viso:	7,22	8,54	52,74	304,86

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (svogūnai, morkos) (augalinis) (tausojantis)	I.10	150	3,78	2,29	13,64	86,18
Kiaulienos kumpinės mėsos - ryžių plovas (tausojantis)	III.5	40/110	12,99	10,57	24,26	241,46
Pomidorai	XVI.3	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Marinuoti agurkai	XVI.30	30	0,84		0,39	4,8
Kefyras 2.5 %	VI.5	100	3,4	2,5	4,9	60
		Iš viso:	21,51	15,46	45,24	400,94

Vakarienė 16 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) kukuliai (tausojantis)	VII.7	100	12	6,69	21,07	193,09
Trintas uogų padažas/uogienė	IV.12	20/.7	0,17	0,1	4,95	19,65
Žolelių arbata (nesaldinta)	VI.7	150				
Sūrio lazdelė	X.11	20	4,2	5,6	0,4	69
		Iš viso:	16,37	12,39	26,42	281,74
		Iš viso (dienos davinio):	45,1	36,39	124,4	987,54

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Direktorė
Jolanta Rimkienė

2019-08-13 Nr. VVD-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų dribsnių košė (tausojantis)	II.3	150	5.74	3	25.29	149.92
Sviestas 82 %	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
Sezoniniai vaisiai*	X.8	200	1.44	0.56	27.4	110
		Iš viso:	**7.22**	**8.54**	**52.74**	**304.86**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (svogūnai, morkos) (augalinis) (tausojantis)	I.10	150	3.78	2.29	13.64	86.18
Ruginė duona	X.4	30	1.86	0.3	13.98	65.4
Kepti balandėliai su kiaulienos kumpinės mėsa (tausojantis)	V.3	80	15.93	9.47	4.8	167.19
Bulvių košė (tausojantis)	XIV.6	60	1.29	1.96	9.11	58.65
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.10	70	1.01	2.62	1.04	38.63
Vanduo (nesaldintas)	VI.16	150				
		Iš viso:	**23.87**	**16.64**	**42.57**	**416.05**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) kukuliai (tausojantis)	VII.7	100	12	6.69	21.07	193.09
Trintas uogų padažas/uogienė	IV.12	20/.7	0.17	0.1	4.95	19.65
Žolelių arbata (nesaldinta)	VI.7	150				
Sūrio lazdelė	X.11	20	4.2	5.6	0.4	69
		Iš viso:	**16.37**	**12.39**	**26.42**	**281.74**
		Iš viso (dienos davinio):	**47.46**	**37.57**	**121.73**	**1002.65**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kretingos rajono savivaldybės
Visuomenės sveikatos biuras
KRETINGA

Kretingos Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė"

2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 9 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su obuoliais ir cinamonu (tausojantis) (augalinis)	II.1.1.	150	5,19	2,35	24,13	129,45
Trintas uogų padažas/uogienė	IV.12	10/.5	0,08	0,05	2,87	11,4
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
Sezoniniai vaisiai*	X.8	200	1,44	0,56	27,4	110
Iš viso:			**6,71**	**2,96**	**54,4**	**250,85**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai (tausojantis)	I.5.1.	150	4,47	4,8	7,7	91,86
Kepti balandėliai su kiaulienos kumpinės mėsa (tausojantis)	V.3	80	15,93	9,47	4,8	167,19
Bulvių košė (tausojantis)	XIV.6	60	1,29	1,96	9,11	58,65
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.10	70	1,01	2,62	1,04	38,63
Vanduo (nesaldintas)	VI.16	150				
Iš viso:			**22,7**	**18,85**	**22,65**	**356,33**

Vakarienė 16 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	XV.1	150	4,74	5,67	17,58	140,86
Bandelė su braškių įdaru	X.13	50	4	3	26,15	151
Iš viso:			**8,74**	**8,67**	**43,73**	**291,86**
Iš viso (dienos davinio):			**38,15**	**30,48**	**120,78**	**899,04**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA Kretingos rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras KRETINGA

Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė"

Direktorė
Jolanta Rimkienė

2019-08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	II.1	150	7.04	4.87	26.43	171.08
Sviestas 82 %	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
Sezoniniai vaisiai*	X.8	150	1.08	0.42	20.55	82.5
Iš viso:			**8.16**	**10.27**	**47.03**	**298.52**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščiai (svogūnai, morkos) (augalinis) (tausojantis)	I.5	150	1.42	2.11	11.46	66.01
Šviesi duona	X.10	20	1.06	0.16	10.84	46.2
Kiaulienos kumpinės mėsos - ryžių plovas (tausojantis)	III.5	40/110	12.99	10.57	24.26	241.46
Pomidorai	XVI.3	50	0.5	0.1	2.05	8.5
Marinuoti agurkai	XVI.30	30	0.84		0.39	4.8
Kefyras 2.5 %	VI.5	100	3.4	2.5	4.9	60
Iš viso:			**20.21**	**15.44**	**53.9**	**426.97**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	XV.1	150	4.74	5.67	17.58	140.86
Bandelė su braškių įdaru	X.13	50	4	3	26.15	151
Iš viso:			**8.74**	**8.67**	**43.73**	**291.86**
Iš viso (dienos davinio):			**37.11**	**34.38**	**144.66**	**1017.35**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kretingos rajono savivaldybės
Visuomenės sveikatos biuras
KRETINGA

Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė"

2019-08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

2 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	II.6	150	5.57	2.31	28.14	155.63
Sviestas 82 %	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
Sezoniniai vaisiai*	X.8	150	1.08	0.42	20.55	82.5
		Iš viso:	**6.69**	**7.71**	**48.74**	**283.07**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių (šv.kopūstai, morkos, svogūnai) sriuba su žaliaisiais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	I.31	150	1.75	2.29	8.84	56.55
Šviesi duona	X.10	30	1.59	0.24	16.23	69.3
Virti kalakutienos filė mėsos kukuliai (tausojantis)	III.21	70	18.11	4.1	4.59	144.36
Virti grikiai (tausojantis)	XIV.3	60	3.78	0.93	20.79	104.7
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.17	65	0.75	2.18	3.13	31.5
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	150	0.04	0.01	0.55	2.15
		Iš viso:	**26.02**	**9.75**	**54.13**	**408.56**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė (tausojantis)	XIV.6	160	3.54	5.72	25.76	166.92
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	IV.16	15	0.28	7.95	0.36	74.18
Kefyras 2.5 %	VI.5	100	3.4	2.5	4.9	60
		Iš viso:	**7.22**	**16.17**	**31.02**	**301.1**
Iš viso (dienos davinio):			**39.93**	**33.63**	**133.89**	**992.73**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kretingos rajono savivaldybės
Visuomenės sveikatos biuras
KRETINGA

Kretingos r. Vydmantų lopšelis-darželis „Pasaglelė"

2019-08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

2 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	XII.7	80	9.59	11.25	7.2	167.5
Šv. Agurkas	XVI.1	20	0.18	0.04	0.46	2.2
Pomidorai	XVI.3	30	0.3	0.06	1.23	5.1
Šviesi duona	X.10	30	1.59	0.24	16.23	69.3
Kakava su pienu (2.5%) (saldinta)	VI.2	150	2.74	2.21	8.36	63.75
		Iš viso:	**14.4**	**13.8**	**33.48**	**307.85**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (morkos, svogūnai, marinuoti agurkai) (augalinis) (tausojantis)	I.17	150	2.04	2.24	13.41	78.25
Šviesi duona	X.10	30	1.59	0.24	16.23	69.3
Keptas vištienos filė mėsos maltinukas (tausojantis)	III.40	60	15.48	4.91	3.32	119.89
Virtos bulvės (tausojantis)	XIV.1	60	1.22	0.06	11.16	49.41
Troškinti morkų kubeliai (tausojantis)	XVI.23	60	0.79	3	3.6	43.92
Vanduo (nesaldintas)	VI.16	150				
Sezoniniai vaisiai*	X.8	120	0.86	0.33	16.44	66
		Iš viso:	**21.98**	**10.78**	**64.16**	**426.77**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	IX.1	110	6.84	11.65	36.44	277.89
Jogurtas (2.5-3.5%) (padažas)	IV.15	15	0.71	0.38	0.68	9
Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta)	VI.6	150	0.03	0.02	0.46	1.55
		Iš viso:	**7.58**	**12.05**	**37.58**	**288.44**
	Iš viso (dienos davinio):		**43.96**	**36.63**	**135.22**	**1023.06**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kretingos rajono savivaldybės
Visuomenės sveikatos biuras
KRETINGA

Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė"

2019-08-13 No. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	II.5	150	6.16	2.31	27.78	155.36
Sviestas (82 %)	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Sezoniniai vaisiai*	X.8	120	0.86	0.33	16.44	66
Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta)	VI.6	150	0.03	0.02	0.46	1.55
		Iš viso:	**7.09**	**7.64**	**44.73**	**267.85**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (svogūnai, morkos) (augalinis) (tausojantis)	I.15	150	0.9	2.04	7.44	50.18
Šviesi duona	X.10	30	1.59	0.24	16.23	69.3
Keptas žuvies maltinukas (tausojantis)	III.28	60	12.68	6.11	3.31	108.89
Bulvių košė (tausojantis)	XIV.6	60	1.29	1.96	9.11	58.65
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis)	XVI.31	60	2.09	2.55	5.37	51.77
Šv. Agurkas	XVI.1	20	0.18	0.04	0.46	2.2
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	150	0.04	0.01	0.55	2.15
		Iš viso:	**18.77**	**12.95**	**42.47**	**343.14**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	VII.10	120	16.22	11.18	15.25	229.31
Trintas uogų padažas/uogienė	IV.12	20/.7	0.17	0.1	4.95	19.65
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
		Iš viso:	**16.39**	**11.28**	**20.2**	**248.96**
		Iš viso (dienos davinio):	**42.25**	**31.87**	**107.4**	**859.95**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kretingos rajono savivaldybės
Visuomenės sveikatos biuras
KRETINGA

Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis "Pasagėlė"

2019-08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	II.4	150	5.22	2.52	28.07	155.84
Sviestas 82 %	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Sezoniniai vaisiai*	X.8	150	1.08	0.42	20.55	82.5
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
		Iš viso:	**6.34**	**7.92**	**48.67**	**283.28**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba (morkos, svogūnai) (augalinis) (tausojantis)	I.9	150	3.13	2.33	14.18	84.63
Šviesi duona	X.10	20	1.06	0.16	10.84	46.2
Vištienos filė mėsos guliašas (tausojantis)	XVII.1	100	17.46	8.37	6.15	165.92
Bulvių košė (tausojantis)	XIV.6	60	1.29	1.96	9.11	58.65
Morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.9	60	0.6	2.11	6.35	43.08
Marinuoti agurkai	XVI.30	20	0.56		0.26	3.2
Vanduo (nesaldintas)	VI.16	150				
		Iš viso:	**24.1**	**14.93**	**46.89**	**401.68**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) pudingas (tausojantis)	VII.16	120	17.58	13.17	21.14	275.03
Trintas uogų padažas/uogienė	IV.12	20/.7	0.17	0.1	4.95	19.65
Žolelių arbata (nesaldinta)	VI.7	200				
		Iš viso:	**17.75**	**13.27**	**26.09**	**294.68**
	Iš viso (dienos davinio):		**48.19**	**36.12**	**121.65**	**979.64**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kretingos rajono savivaldybės
Visuomenės sveikatos biuras
KRETINGA

Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasaglėlė"

2019 - 08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų dribsnių košė (tausojantis)	II.3	150	5.74	3	25.29	149.92
Sviestas 82 %	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Žolelių arbata (nesaldinta)	VI.7	200				
Sezoniniai vaisiai*	X.8	150	1.08	0.42	20.55	82.5
		Iš viso:	**6.86**	**8.4**	**45.89**	**277.36**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (šv.kopūstai, morkos, svogūnai) sriuba su žaliaisiais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	I.4	150	1.36	2.1	8.45	54.66
Ruginė duona	X.4	30	1.86	0.3	13.98	65.4
Troškintas jautienos kumpinės mėsos maltinukas (tausojantis)	III.24	60	14.72	4.77	3.68	112.89
Virti grikiai (tausojantis)	XIV.3	60	3.78	0.93	20.79	104.7
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.5	60	0.54	2.11	1.92	26.06
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	150	0.04	0.01	0.55	2.15
		Iš viso:	**22.3**	**10.22**	**49.37**	**365.86**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9%) (tausojantis)	VII.3	120	15.99	7.81	27.78	243.59
Jogurtas (2.5-3.5%) (padažas)	IV.15	15	0.71	0.38	0.68	9
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
		Iš viso:	**16.7**	**8.19**	**28.46**	**252.59**
		Iš viso (dienos davinio):	**45.86**	**26.81**	**123.72**	**895.81**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kretingos rajono savivaldybės
Visuomenės sveikatos biuras
KRETINGA

Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė"

2019 -08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	II.6	150	5.57	2.31	28.14	155.63
Sviestas 82 %	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
Sūrio lazdelė	X.11	20	4.2	5.6	0.4	69
		Iš viso:	**9.81**	**12.89**	**28.59**	**269.57**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su ryžių kruopomis (morkos, svogūnai) (augalinis) (tausojantis)	I.32	150	1.77	2.25	10.57	78.45
Šviesi duona	X.10	30	1.59	0.24	16.23	69.3
Troškinta kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	V.8	70	14.01	8.83	3.27	146.75
Bulvių košė (tausojantis)	XIV.6	60	1.29	1.96	9.11	58.65
Raugintų kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	XVI.32	40	0.15	1.49	1.22	18.69
Pomidoras	XVI.3	30	0.3	0.06	1.23	5.1
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	150	0.04	0.01	0.55	2.15
		Iš viso:	**19.15**	**14.84**	**42.18**	**379.09**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)	XII.6	90	11.16	12.65	5.37	179.48
Šviesi duona	X.10	30	1.59	0.24	16.23	69.3
Pomidorai	XVI.3	20	0.2	0.04	0.82	3.4
Šv. Agurkas	XVI.1	20	0.18	0.04	0.46	2.2
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
Sezoniniai vaisiai*	X.8	100	0.72	0.28	13.7	55
		Iš viso:	**13.85**	**13.25**	**36.58**	**309.38**
		Iš viso (dienos davinio):	**42.81**	**40.98**	**107.35**	**958.04**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kretingos rajono savivaldybės
Visuomenės sveikatos biuras
KRETINGA

Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė"

2019-08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	II.5	150	6.16	2.31	27.78	155.36
Sviestas (82 %)	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
Sezoniniai vaisiai*	X.8	150	1.08	0.42	20.55	82.5
		Iš viso:	**7.28**	**7.71**	**48.38**	**282.8**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (svogūnai, morkos) (augalinis) (tausojantis)	I.20	150	1.74	2.13	14.57	81.46
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpinės mėsa	VIII.5 *(arba II var.)*	150	11.75 **(19.39)**	5.99 **(10.14)**	32.02 **(31.87)**	225.22 **(226.51)**
Grietinė (30%)	IV.5	10	0.24	3	0.31	29.3
Kefyras 2.5 %	VI.5	100	3.4	2.5	4.9	60
Morkų lazdelės (augalinis)	XVI.33	100	1	0.2	8.7	40.6
		Iš viso:	**18.13 (27.51)**	**13.82 (17.97)**	**60.5 (60.35)**	**436.58 (437.87)**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	XV.1	150	4.74	5.67	17.58	140.86
Bandelė su braškių įdaru	X.13	50	4	3	26.15	151
		Iš viso:	**8.74**	**8.67**	**43.73**	**291.86**
Iš viso (dienos davinio):			**34.15 (43.53)**	**30.2 (34.35)**	**152.61 (152.46)**	**1011.24 (1012.53)**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kretingos rajono savivaldybės
Visuomenės sveikatos biuras
KRETINGA

Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasagėlė"

2019-08-13 Nr. VVP-9994

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
KRETINGOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
DOKUMENTAMS
Nr.1

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	II.1	150	7.04	4.87	26.43	171.08
Sviestas (82 %)	IV.4	6	0.04	4.98	0.05	44.94
Jogurtas (2.5-3.5%)	X.12	125	3.43	3.25	8.04	76.94
Arbatžolių arbata su citrina (nesaldinta)	VI.6	150	0.03	0.02	0.46	1.55
		Iš viso:	**10.54**	**13.12**	**34.98**	**294.51**

Pietūs 12.30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė * vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta žirnių sriuba (morkos) (augalinis) (tausojantis)	I.33	150	4.15	2.29	17.96	108.75
Šviesi duona	X.10	30	1.59	0.24	16.23	69.3
Keptas žuvies maltinukas (tausojantis)	III.28	60	12.68	6.11	3.31	108.89
Bulvių košė (tausojantis)	XIV.6	60	1.29	1.96	9.11	58.65
Burokėlių salotos (augalinis)	XVI.18	60	1.35	2.1	8.22	49.7
Marinuoti agurkai	XVI.30	20	0.56		0.26	3.2
Vanduo su apelsinu (nesaldintas)	VI.14	150	0.04	0.01	0.55	2.15
		Iš viso:	**21.66**	**12.71**	**55.64**	**400.64**

Vakarienė 16.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) ir ryžių apkepas (tausojantis)	VII.11	120	13.1	9.99	14.28	206.3
Trintas uogų padažas/uogienė	IV.12	10/.5	0.08	0.05	2.87	11.4
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	VI.4	150				
Sezoniniai vaisiai*	X.8	150	1.08	0.42	20.55	82.5
		Iš viso:	**14.26**	**10.46**	**37.7**	**300.2**
		Iš viso (dienos davinio):	**46.46**	**36.29**	**128.32**	**995.35**

*Sezoninius vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

LIETUVOS RESPUBLIKA Kretingos rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras KRETINGA
Kretingos rajono Vydmantų lopšelis-darželis „Pasaulėlis"