

VILNIAUS LOPŠELIS – DARŽELIS „ŽIRMŪNĖLIAI“

Žirmūnų g. 13, Vilnius

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 metų amžiaus vaikams

TVIRTINU
Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-16, 2023 Nr. V-120



Įstaigos darbo laikas
Nuo 6:30 iki 18:30 val.

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	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	AP9 8	200	8,60	9,22	29,05	226,55
Varškė su kefyru ir trintomis uogomis	15-1/2	35/20/5	6,70	3,50	5,20	78,80
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,30	12,72	34,25	305,35

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)	S11	150	1,78	3,10	11,31	78,48
Pusruginė duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Kiaulienos apkepas (tausojantis)	11-8/16 2T	80	14,83	14,20	3,32	206,73
Virtos bulvės	G1	60	1,23	0,06	11,31	50,05
Kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)(šaltuoju sezonu raugintų kopūstų)	S10 A	90	1,12	10,78	4,05	110,43
Iš viso:			20,92	28,53	45,15	515,34

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su daržovių-grietinės padažu(tausojantis)	MP3	150/50	6,50	7,44	42,20	252,44
Agurkai (šaltuoju sezonu rauginti arba marinuoti)		50	0,40	0,10	1,15	5,50
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			8,42	8,14	71,23	369,94
Iš viso (dienos davinio):			44,64	49,39	150,63	1190,63

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, 2023. Nr. V-120

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	
Tiršta manų kruopų košė su sėlenėlėmis, sviestu ir cinamonu (tausojojantis)	3-3/47 T	200	7,81	4,39	38,19	222,27
Jogurtas		125	5,88	4,75	5,88	91,25
Vaisiai		200	1,80	0,80	19,40	80,00
Nesaldinta arbatžolių arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,49	9,94	63,47	393,52

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo su citrina	G17	200	0,05	0,00	0,80	3,15
Barščių sriuba su pupelėmis ir grietine (tausojojantis)	S 18	150/8	2,12	5,39	11,18	90,13
Pusruginė duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Keptas vištienos maltinukas (tausojojantis)	KP8	75	18,87	7,67	6,92	169,45
Griekiai	G5	50	3,04	2,40	16,65	98,64
Daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	100	1,15	0,35	5,35	29,15
Iš viso:			27,19	16,20	56,06	460,17

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojojantis)	VP1	150	20,71	9,64	37,67	313,70
Pieno padažas	P1	20	0,96	1,46	2,33	34,86
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			21,67	11,10	40,00	348,56
Iš viso (dienos davinio):			64,35	37,24	159,53	1202,25

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26 / Esal. Nr. V-120

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis)	K 115	200	6,94	7,60	26,46	205,20
Pik-nik sūrio lazdelė		20	5,34	4,16	0,08	59,00
Vaisiai		200	0,80	0,00	12,20	50,00
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2	200	0,05	0,05	0,80	3,15
Iš viso:			13,13	11,81	39,54	317,35

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Pertrinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis)	S20	150	1,93	5,04	9,82	86,03
Batonas		35	2,73	0,53	16,59	81,90
Jautienos kukuliukai(tausojantis)	KP11	80	13,38	7,10	10,58	204,91
Bulvių košė	G2	50	1,13	1,89	8,09	53,38
Pekino kopūstų salotos su pomidorais su aliejaus padažu (augalinis)	S22	90	1,09	8,67	3,33	89,42
Iš viso:			20,26	23,23	48,41	515,64

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai	MP70	120	8,84	11,24	43,64	306,80
Saldus grietinės padažas	P7	20	0,34	3,10	2,48	38,72
Nesaldinta vaisinė sarbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,18	14,34	46,12	345,52
			42,57	49,38	134,07	1178,51

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

8083 -10-16, 0sak.Nr.V-120

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	
Tiršta kukurūzų košė su sviestu (tausojantis)	AP97	200	6,13	11,00	30,89	240,23
Vaisiai		200	1,14	0,45	20,91	84,00
Nesaldinta juoda arbata	17-1/2	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,27	11,45	51,80	324,23

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo su citrina	G17	200	0,04	0,00	0,63	3,15
Daržovių sriuba(brokolių, morkų) (tausojantis)	S11	150	1,78	4,27	10,01	79,45
Pusruginė duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Keptas žuvis apkepas(tausojantis)	KP18	75	15,06	6,66	8,04	147,34
Virti ryžiai	G3	50	1,29	1,99	13,84	75,54
Morkų padažas	P8	25	1,10	4,43	2,87	52,47
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-3/64A	90	3,23	6,23	9,50	117,98
Iš viso:			24,46	23,97	60,05	545,58

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas(tausojantis)	AP82	200	22,43	13,63	26,75	321,54
Trintos uogos	18/20	30	0,26	0,12	4,84	19,94
Nesaldintas jogurtas		30	1,40	1,14	1,40	21,90
Nesaldinta vaisinė arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			24,09	14,89	32,99	363,38
Iš viso (dienos davinio):			55,82	50,31	144,84	1233,19

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, Isak. Nr. V-120

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	
Omletas (tausojantis)	KK P2	110	12,31	14,94	6,02	202,51
Pomidorai	S34	50	1,00	0,10	2,05	8,50
Sumuštinis (duona) su sviestu	ŠU1	35/8	2,01	6,99	15,23	129,53
Nesaldinta krynų arbata	17-1/2	200	0,0	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,32	22,03	23,30	340,54

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Žirnių - perlinių kruopų sriuba su grietine(tausojantis)	S16	150/8	3,99	5,65	14,40	115,11
Pusruginė duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Kalakutienos guliašas (tausojantis)	Ap 1	60/60	17,14	12,20	5,48	196,60
Makaronai	G6	50	1,90	1,70	13,28	77,71
Daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D00 6	100	0,50	0,00	2,65	15,50
Iš viso:			25,49	19,94	50,97	474,57

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė	G2	150	3,45	10,62	24,33	204,78
Kefyras 2,5 %		150	5,10	3,75	7,35	90,00
Vaisiai		200	1,80	0,20	23,40	94,00
Iš viso:			10,35	14,57	55,08	388,78
Iš viso (dienos davinio):			51,16	56,54	129,35	1203,89

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, Pslak. Nr. V-120

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)	K 115	200	6,94	7,60	26,46	205,20
Uogos	18/20	20	0,18	0,08	2,94	12,00
Nesaldinta arbatžolių arbata	17-1/2	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		200	1,80	0,80	29,60	122,00
Iš viso:			8,92	8,48	59,00	339,20

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT	150	2,37	3,36	16,24	112,76
Pusruginė duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Maltas kiaulienos šnicelis(tausojantis)	AP9	80	16,91	12,62	6,77	206,91
Grkiai	G5	50	3,04	2,40	16,65	98,64
Agurkai (šaltuoju sezonu rauginti arba marinuoti)	18/22 4	90	0,72	0,18	2,07	12,78
Iš viso:			25,00	18,95	56,89	500,74

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varskės pudingas su kriaušėmis (tausojantis)	V011	150	22,06	13,51	32,16	338,20
Grietinė (30%)		15	0,36	4,50	0,47	43,95
Nesaldinta čiobrelų arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			22,42	18,01	32,63	382,15
Iš viso (dienos davinio):			56,34	45,44	148,52	1222,09

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, Isak. Nr. V-120

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	
Kvietinių dribsnių košė(tausojantis)	AP117	200	7,56	6,83	30,63	214,30
Vaisiai		200	1,80	0,20	23,40	94,00
Nesaldinta ramunėlių arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,36	7,03	54,03	308,30

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo su citrina	G17	200	0,04	0,00	0,63	3,15
Barščių sriuba su bulvėmis, morkomis ir grietine(tausojantis)	S17	150/8	1,27	5,39	8,84	83,82
Pusruginė duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Ryžių ir paukštienos troškinys(tausojantis)	AP3	120/60	23,13	11,59	34,34	324,21
Daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	100	0,90	0,20	3,20	18,20
Iš viso:			27,30	17,57	62,17	499,03

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	MP6	120	8,53	11,54	45,98	310,48
Trintos uogos	18/20	30	0,26	0,12	4,84	19,94
Pienas 2,5%		100	3,20	2,50	4,70	54,00
Iš viso:			11,99	14,16	55,52	384,42
Iš viso (dienos davinio):			48,65	38,76	171,72	1191,75

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, Įsak. Nr. V-120

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai su jogurto – majonezo padažu (tausojojantis)	KP1	60/10	7,15	9,60	1,34	117,21
Žali žirneliai		50	0,50	0,10	2,05	8,50
Duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Vaisiai		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Nesaldinta juoda arbata su citrina	17-1/2	200	0,05	0,05	0,80	3,15
Iš viso:			11,18	10,74	47,23	310,51

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Trinta daržovių sriuba su skrebučiais(tausojantis)	TS6	150/8	3,28	9,24	16,87	130,98
Troškintos jautienos maltinukas (tausojojantis)	KP27	75	17,46	7,22	8,98	205,90
Virtos bulvės	G1	60	1,23	0,06	11,31	50,05
Kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)(šaltuoju sezonu raugintų kopūstų)	2-1/19A	90	1,00	8,70	3,90	98,60
Iš viso:			23,84	26,66	44,55	516,88

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas(tausojantis)	AP84	125/35	18,54	18,00	28,18	346,27
Grietinė (30%)		15	0,36	4,50	0,47	43,95
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			18,90	22,50	28,65	390,22
Iš viso (dienos davinio):			53,92	59,90	120,43	1217,61

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, Psak. Nr. V-120

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su moliūgų sėklų aliejumi (tausojantis)(tausojantis)	3-3/30AT	200	5,60	7,10	37,12	240,32
Pik-nik sūrio lazdelė		20	5,34	4,16	0,08	59,00
Nesaldinta kmynų arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,94	11,26	37,20	299,32

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo su citrina	G17	200	0,04	0,00	0,63	3,15
Pupelių sriuba su grietine(tausojantis)	S8	150/8	3,99	4,68	13,51	105,40
Pusruginė duona		20	1,12	0,21	8,65	39,80
Kepta su garais žuvies filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	9-7/145T	90	15,42	20,37	0,45	244,40
Virti ryžiai	G3	50	1,29	1,99	13,84	75,54
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis)	2-3/63A	70	1,05	2,97	6,48	58,88
Pomidorai		30	0,30	0,12	1,74	8,10
Iš viso:			23,21	30,34	45,30	535,27

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos dešrelės (tausojantis)	KP5	90	9,68	10,00	0,00	128,72
Natūralus pomidorų padažas		15	0,78	0,08	3,56	16,50
Agurkai(šaltuoju sezonu rauginti arba marinuoti)	S27	100	0,80	0,20	2,30	11,00
Pusruginė duona		30	1,68	0,33	12,99	59,70
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		200	1,40	0,40	36,00	138,00
Iš viso:			14,34	11,01	54,85	353,92
Iš viso (dienos davinio):			48,49	52,61	137,35	1188,51

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, Isak. Nr. V-120

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu(tausojantis)	3-3/33T	200	6,32	4,02	34,67	200,23
Pienas 2,5%		200	6,40	5,00	9,40	108,00
Vaisiai		200	0,80	0,00	19,80	80,00
Iš viso:			13,52	9,02	63,87	388,23

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Avinžirnių sriuba su žalumynais ir grietine (tausojantis)	Sr001T	150	3,69	4,30	10,72	96,37
Pusruginė duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Kalakutienos šlaunelių mėsos apkepas su morkomis (tausojantis)	10-8/165T	80	18,79	9,95	4,26	181,67
Bulvių košė	G2	50	1,13	1,89	8,09	53,38
Morkų, obuolių ir salierų salotos su aliejumi (augalinis)	2-1/21A	90	1,89	8,91	7,84	119,11
Iš viso:			27,46	25,44	46,07	520,18

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su sviestu ir fermentiniu sūriu (tausojantis)	M008	152/4/24	15,55	11,38	50,93	369,58
Daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	100	0,90	0,20	3,20	18,20
Nesaldinta čiaobrelė arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,45	11,58	54,13	387,78
Iš viso (dienos davinio):			57,43	46,04	164,07	1296,19

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, Įsak. Nr. V-120

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 9 :00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų košė su sėlenėlėmis, sviestu ir cinamonu (tausojantis)	3-3/47T	200	7,81	4,39	38,19	222,27
Pienas 2,5%		200	6,40	5,00	9,40	108,00
Vaisiai		200	0,80	0,00	12,20	50,00
Iš viso:			15,01	9,39	59,79	380,27

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Barščių sriuba su bulvėmis, morkomis ir grietine(tausojantis)	S17	150/8	1,27	5,39	8,84	83,82
Pusruginė duona		40	1,96	0,39	15,16	79,60
Bulvių plokštainis su kiauliena	KP25	120/80	18,45	5,53	25,13	237,78
Natūralus jogurtas	P3	25	1,15	0,57	2,82	21,25
Daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	100	0,90	0,20	3,20	18,20
Iš viso:			23,73	12,08	80,28	440,65

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	KKP2	110	12,31	14,94	6,02	202,51
Konservuoti žali žirneliai	18/25	50	1,20	0,05	2,00	15,50
Duona		40	1,96	0,39	15,16	79,60
Nesaldinta arbatžolių arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,47	15,38	23,18	297,61
Iš viso (dienos davinio):			54,21	36,85	163,23	1118,53

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, 15:30 val. Nr. V-120

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė su sviestu (tausojantis)	3-3/53T	200	5,00	2,30	45,50	223,30
Nesaldinta arbatžolių arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Varškė su kefyru ir trintomis uogomis	15-1/2	35/20/5	6,70	3,50	5,20	78,80
Vaisiai		200	1,20	0,20	22,20	88,00
Iš viso:			12,90	6,00	72,90	390,10

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo su citrina	G17	200	0,04	0,00	0,63	3,15
Kopūstų, morkų sriuba su grietine (tausojantis)	S5	150/8	1,33	6,66	5,15	80,67
Pusruginė duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Virti makaronai su malta jautiena (tausojantis)	11-8/162T	100/60	13,38	8,70	34,40	270,96
Daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės)	D006	100	1,05	0,35	4,45	25,15
Iš viso:			16,71	16,10	59,79	449,58

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	MP6	150	10,66	14,43	57,48	388,11
Trintos uogos	KP4	30	0,30	0,00	2,34	3,90
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,96	14,43	59,82	392,01
Iš viso (dienos davinio):			40,57	36,53	192,51	1234,69

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, 2sak. Nr. V-120

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	AP99	200	9,29	9,54	35,09	255,46
Viso grūdo ruginė duona su sviestu ir fermentiniu sūriu	16-1/4	25/5/20	7,20	0,90	12,00	84,60
Vaisiai		200	0,80	0,00	12,20	50,00
Nesaldinta kmynų arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,29	10,44	59,29	390,06

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Pertrinta pomidorų ir lešių sriuba(tausojantis)	1-3/36AT	150	8,50	4,40	24,90	173,40
Batonas		35	2,73	0,53	16,59	81,90
Kalakutienos kukulis (tausojantis)	10-3/62T	80	15,98	3,18	0,89	96,25
Grkiai	G5	50	3,04	2,40	16,65	98,64
Tarkuotos morkos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	S010	90	0,94	4,69	8,40	79,55
Iš viso:			31,19	15,20	67,43	529,74

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai(tausojantis)	VP1	150	20,71	9,64	37,67	313,70
Pieno padažas	P1	20	0,96	1,46	2,33	34,86
Nesaldinta vaisinė arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			21,67	11,10	40,00	348,56
Iš viso (dienos davinio):			70,15	36,74	166,72	1268,36

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, 15:00. Nr. V-120

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Ap95	200	7,08	7,08	30,03	205,90
Nesaldinta arbatžolių arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Iš viso:			8,60	16,28	57,91	317,90

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo su citrina	G17	200	0,04	0,00	0,63	3,15
Daržovių (brokolių, morkų) sriuba (tausojantis)	S12	150	2,18	5,05	11,73	92,19
Pusruginė duona		30	1,68	0,33	12,99	59,70
Kepta su garais žuvies filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	9-7/145T	90	15,42	20,37	0,45	244,40
Virti ryžiai	G3	50	1,29	1,99	13,84	75,54
Virtų burokėlių salotos su svogūnais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-3/63A	90	1,34	3,54	8,31	73,32
Iš viso:			21,95	31,28	47,95	548,60

Vakarienė 15:30 val..

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas (tausojantis)	AP84	125/35	18,54	18,00	28,18	346,27
Grietinė (30%)		15	0,36	4,50	0,47	43,95
Nesaldinta čiobrelų arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			18,90	22,50	28,65	390,22
Iš viso (dienos davinio):			49,45	70,06	134,51	1256,72

Vilniaus lopšelis-darželis „Žirmūnėliai“
direktorė

Rasa Grigaliūnienė

2023-10-26, Sak. Nr. V-120

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	K 115	200	6,94	7,60	26,46	205,20
Trintos uogos	18/20	20	0,18	0,06	2,45	10,00
Nesaldinta vaisinė arbata	17-1/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisiai		200	1,40	0,40	36,00	138,00
Iš viso:			8,52	8,06	64,91	343,20

Pietūs 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Žirnių sriuba su grietine (tausojantis)	S15	150/8	3,15	5,55	8,92	90,39
Pusruginė duona		35	1,96	0,39	15,16	69,65
Vištienos šlaunelių mėsos apkepas su morkomis (tausojantis)	10-8/166T	80	19,16	14,13	4,26	210,50
Virtos bulvės	G1	60	1,23	0,06	11,31	50,05
Troškintos (žiediniai kopūstai, morkos) daržovės	G9	100	3,05	3,76	5,58	68,17
Pomidorai	S34	30	0,60	0,06	1,23	5,10
Iš viso:			29,15	23,95	46,46	493,86

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	1-3/44T	200	6,37	8,10	24,70	196,64
Traputis		30	2,46	0,69	23,85	113,40
Iš viso:			8,83	8,79	48,55	310,04
Iš viso (dienos davinio):			46,50	40,80	159,92	1147,10