Tvirtinu: Direktorė Jelena Kropa- Dryžienė

Vilniaus lopšelis-darželis "Liepsnelė"

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

1-3 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas:
Nuo 6.30 iki 18.30

1 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Tiršta sorų kruopų košė su džiovintomis datulėmis (tausojantis)	4-23	150/10	5,15	7,51	12,12	200,23
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	104	100	1,20	0,30	23,10	97,00
Juoda arbata su citrina	14-1/2	150/2	0,00	0,00	0,02	0,06
Iš viso:			6,35	7,81	35,24	297,29

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	22	100	1,35	2,03	6,92	49,89
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,40	49,80
Troškinta kalakutienos mėsa su bulvemis ir morkomis(tausojantis)	10-21	50/100	14,44	5,83	18,31	180,25
Virtų burokėlių su aliejaus ir citrinų užpilu (augalinis)	2/2/1	100/10	1,69	6,11	11,07	102,43
Pomidorai (augalinis)	58-2/2	70	0,70	0,28	4,06	18,90
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/2	150/30	0,27	0,03	3,51	14,10
Iš viso:			19,93	16,00	54,41	430,02

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Orkaitėje keptas omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis)	7-5	90/10	14,42	1,23	27,59	195,29
Skrebutis	16-85	30	1,98	0,23	13,49	65,26
Kefyras	14-26/0	100	3,20	2,50	4,80	54,00
Iš viso:			19,60	3,96	45,88	314,55
Iš viso (dienos davinio):			**45,88**	**27,77**	**135,53**	**1041,86**

VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

1 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta bulguro kruopų košė su švž. obuoliais ir dž. abrikosais (tausojantis)	4-40	200	6,76	7,27	27,09	218,59
Trapučiai	25.1/2	10	0,71	0,11	7,90	36,50
Žolelių arbata	2/2	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	100	0,40	0,00	9,90	40,00
Iš viso:			7,87	7,38	44,89	295,09

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšiu sriuba (lęšiai, morkos, salierai, svogūnai, česnakai) (tausojantis)	1-26	100	5,34	3,18	10,14	87,61
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,40	49,80
Guliašas su kiauliena (tausojantis)	12-4/2	60/30	13,85	8,28	3,91	144,96
Biri grikių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	4-06/2	80	3,08	6,05	19,88	95,48
Pekino kopūstų, pomidorų salotos su aliejaus užpilu (augalinis)	2-10/3	70/7	0,75	3,24	4,63	47,46
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-21/2	150/1	0,00	0,00	0,01	0,04
Iš viso:			24,50	22,48	49,13	440,00

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių apkepas keptas orkaiteje (tausojantis)	51/2	130	3,24	8,20	27,43	189,12
Jogurtinis padažas	13-41/2	30	0,96	5,34	1,31	56,48
Švieži agurkai	2-27	70	0,49	0,00	1,96	9,80
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4,16	5,04	0,12	58,00
Arbata be cukraus	14-41	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,85	18,58	30,82	313,40
Iš viso (dienos davinio):			**41,22**	**48,44**	**124,84**	**1048,49**

VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

1 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorė Jelena Kropa-Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis)	5-3	150/10	9.88	5.95	30.60	232.90
Žolelių arbata	2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/5	140	1.26	0.14	16.38	65.80
Iš viso:			11.14	6.09	46.98	298.70

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Burokėlių ir pupelių sriuba (augalinis)(tausojantis)	93/2	150	2.57	3.10	13.26	88.71
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0.12	1.50	0.16	14.65
Viso grūdo ruginė duona	16-1/3	30	2.04	0.33	15.60	74.70
Orkaiteje keptas kopūstų ir kalakutienos kukulis (tausojantis)	58/2	40/40	10.48	6.24	4.38	115.69
Virtos bulvės (tausojantis)	3-01	100	2.05	0.11	19.97	84.26
Švž. pomidorų ir agurkų salotos su grietine	2-79/0	80/15	1.05	4.67	3.97	60.66
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.19	0.58
Iš viso:			18.34	15.96	57.52	439.25

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Apkepti varškėčiai	6-1	100	13.98	10.67	27.42	280.96
Geriamas jogurtas kaip padažas	13-27/5	40	1.20	0.60	4.88	29.60
Čiobrelių arbata	99/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.18	11.27	32.30	310.56
Iš viso (dienos davinio):			**44.66**	**33.32**	**136.80**	**1048.51**

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

1 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Tiršta penkių grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	4-50	200	7,42	9,07	22,74	203,39
Trapučiai	25.1/2	10	0,71	0,11	7,90	36,50
Mandarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	155.1	140	1,40	0,00	12,60	60,20
Žolelių arbata	2	150	0,00	0,00	11,12	0,00
Iš viso:			9,53	9,18	54,36	300,09

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	1-65/0	150	1,24	5,38	8,12	75,30
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,40	49,80
Keptas su garais maltos jautienos šnicelis (tausujantis)	11-1	60	11,49	9,73	5,96	156,99
Virti pilno grūdo makaronai su cibiržole ir sviestu (tausojantis)	5-4	80/3	3,54	3,14	17,80	116,99
Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	2-52	80	0,72	0,08	6,06	26,40
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-21/2	150/1	0,00	0,00	0,01	0,04
Iš viso:			18,47	20,04	48,50	440,17

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Perlinių ir bulgur kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-00	150	3,60	4,51	30,35	151,50
Pienas 2,5 % rieb.	14-60/2	200	5,80	5,00	9,40	106,00
Skrebutis su sviestu	16-85/0	12/3	0,94	2,57	6,26	52,50
Vaisinė arbata be cukraus	21/2	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,33	12,07	46,01	310,00
Iš viso (dienos davinio):			**38,33**	**41,30**	**148,87**	**1050,26**

VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

1 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Direktorė Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-95	150/5	6.22	5.34	20.03	192.65
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4.16	5.04	0.12	58.00
Arbata be cukraus	14-41	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Melionas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/18	150	1.50	0.00	15.12	52.50
Iš viso:			11.88	10.38	35.27	303.15

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių, morkų, svogūnų sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-20	100	2.98	2.20	12.56	76.56
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0.12	1.50	0.16	14.65
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.40	49.80
Orkaitėje keptas maltas menkės šnicelis (tausojantis)	8-25/3	60	14.01	4.53	3.51	102.25
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	4-16	70	1.70	2.70	17.17	99.90
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	2-40/1	50/5	0.41	2.50	2.05	37.76
Virtų burokėlių salotos su aliejaus ir citrinų užpilu (augalinis)	2/2/0	50/5	0.82	3.05	5.39	50.57
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-21	200/1	0.00	0.00	0.01	0.04
Iš viso:			21.40	16.71	51.24	431.53

Vakarienė 15.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avinžirnių blynai	89/2	120	6.49	6.38	26.63	176.16
Grietinėlės ir sūrio padažas	13-17/5	30	2.04	5.75	1.16	62.25
Jogurtas geriamas	14-25	100	3.00	1.05	12.20	74.00
Arbata be cukraus	14-41	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			8.53	12.13	27.79	312.41
Iš viso (dienos davinio):			**41.81**	**39.22**	**114.30**	**1047.08**

VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

2 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorė Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-01	200/5	6.10	7.01	28.06	190.60
Vaisinė arbata be cukraus	21/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4.16	4.95	0.12	58.00
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	104/4	130	0.52	0.00	12.87	52.00
Iš viso:			10.78	11.96	41.05	300.60

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, svogūnais, (augalinis) (tausojantis)	1-60	150	1.72	4.28	11.69	88.79
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0.12	1.50	0.16	14.65
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.40	49.80
Virti vištienos kukulaičiai (tausojantis)	9-2	60	11.23	5.31	3.69	107.70
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	4-06/2	80	3.08	0.42	19.88	95.48
Švž. morkų ir obuolių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-22/1	80/8	0.70	4.06	9.86	76.72
Švieži agurkai	51.1	50	0.35	0.00	1.40	7.00
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.19	0.58
Iš viso:			18.57	15.81	57.26	440.72

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis)	5-3	150/10	9.88	10.33	37.67	232.90
Kefyras 2,5 % rieb.	121/2	150	4.80	11.33	7.20	81.00
Iš viso:			9.88	10.33	37.67	313.90
Iš viso (dienos davinio):			**39.23**	**38.09**	**135.97**	**1055.22**

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA VILNIAUS

2 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorė Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė su juodaisiais serbentais (tausojantis)	4-30	200/20	6.51	4.26	25.03	197.00
Trapučiai	25.1	20	1.42	0.22	10.80	73.00
Juoda arbata su citrina	14-10	150/2	0.00	0.00	0.02	0.06
Mandarinai (arba kitas sezoninis vaisius)	16-89	100	1.00	0.00	9.00	43.00
Iš viso:			8.93	4.48	44.85	313.06

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Špinatų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-04/5	150	1.42	4.15	8.99	75.08
Grietinė ir virtas kiaušinis prie špinatų sriubos	13-19/0	5/10	1.35	2.67	0.23	30.35
Viso grūdo ruginė duona	16-1/3	30	2.04	0.33	15.60	74.70
Ryžių plovas su kalakutiena (tausojantis)	30/1	120/60	14.56	6.86	11.74	174.61
Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	2-52/2	100	0.90	0.10	7.58	33.00
Žalieji žirneliai	2-50	20	1.28	0.08	3.40	19.44
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-21/2	150/1	0.00	0.00	0.01	0.04
Iš viso:			21.55	14.19	47.54	407.23

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	32/2	100	6.70	3.45	15.98	219.63
Grietinė (30 % rieb.)	13-8/0	20	0.48	6.00	0.62	58.60
Trintos uogos	13-1	20	0.16	0.10	10.94	23.96
Kmynų arbata be cukraus	9/2	150	0.02	0.01	0.05	0.33
Iš viso:			7.36	9.56	27.59	302.52
Iš viso (dienos davinio):			**37.84**	**28.23**	**119.98**	**1022.81**

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

2 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorė Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Tiršta grikių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	3-333	150/5	5.47	6.20	16.93	183.65
Džiovinti vaisiai desertas/užkandis	57.1	20	0.74	0.10	10.87	63.34
Žolelių arbata	2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32	150	0.75	0.15	15.30	65.55
Iš viso:			6.95	6.45	43.10	312.54

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Žirnių, morkų, svogūnų sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-20	100	2.98	2.20	12.56	76.56
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0.12	1.50	0.16	14.65
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.40	49.80
Keptas su garais maltos jautienos šnicelis (tausujantis)	11-1	60	11.61	8.74	6.67	160.49
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-10/3	70/2	1.66	1.12	12.58	72.75
Švž. kopūstų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (au	2-01/2	70/7	0.97	3.01	3.87	45.23
Pomidorai (augalinis)	58-2	50	0.50	0.20	2.90	13.50
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/2	150/30	0.27	0.03	3.51	14.10
Iš viso:			19.19	16.99	49.13	432.97

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	7-1	1 vnt.	6.15	4.70	0.35	78.50
Natūralaus jogurto ir žolelių padažas	13-20/2	30	1.33	1.12	1.44	21.73
Viso grūdo ruginė duona su sviestu	16-2/0	30/5	2.08	3.23	15.66	112.00
Natūralaus jogurto desertas su trintomis uogomis	14-55/0	100/30	4.63	3.00	12.12	102.00
Mėtų arbata	5	150	0.00	0.00	0.01	0.04
Iš viso:			14.19	12.05	29.56	314.28
Iš viso (dienos davinio):			**40.33**	**35.49**	**121.79**	**1059.79**

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

2 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Direktorė Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Tiršta kukurūzų kruopų košė su moliūgų sėklomis (tausojantis)	62/1	150/5	4.90	5.92	16.29	141.49
Geriamas jogurtas	13-27	100	3.00	1.50	10.20	74.00
Čiobrelių arbata	99/2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	104	100	1.20	0.30	20.10	97.00
Iš viso:			9.10	7.72	46.59	312.49

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Skaidri pilno grūdo makaronų sriuba su vištiena (tausojantis)	1-03/2	140/10	1.87	5.28	12.87	104.83
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.40	49.80
Garuose virtas kalakutienos maltinukas (tausojantis)	10-2	75	14.39	5.55	4.21	134.18
Daržovių troškinys iš bulvių, morkų, kopūstų (tausojantis)(augalinis)	3-50/1	200	2.40	5.15	18.86	124.90
Švieži agurkai	51.1	50	0.35	0.00	1.40	7.00
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-21	200/1	0.00	0.00	0.01	0.04
Iš viso:			20.37	16.20	47.75	420.75

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Apkepti varškėčiai	6-1	100	14.58	10.67	27.42	280.96
Natūralus jogurtas	13-22/2	30	1.32	1.17	1.41	21.60
Žolelių arbata	2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			15.90	11.84	28.83	302.56
Iš viso (dienos davinio):			**45.36**	**35.76**	**123.16**	**1035.80**

VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

2 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su džiovintais abrikosais (tausojantis)	4-19/2	150/10	4,71	4,62	31,54	213,23
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4,16	5,04	0,12	58,00
Arbata be cukraus	14-41	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuolys (arba kitas sezoninis vaisius)	16-31	100	0,40	0,00	9,90	40,00
Iš viso:			9,27	9,66	41,56	311,23

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	22/2	150	2,22	3,07	14,64	91,78
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Viso grūdo ruginė duona	16-1/3	30	2,04	0,33	15,60	74,70
Orkaitėje keptas lydekos maltinis (tausojantis)	44/0	60	11,97	3,86	3,08	105,70
Virtos bulvės (tausojantis)	58.1/2	60	1,24	0,06	12,17	51,29
Troškintos šparaginės pupelės (tausojantis)	44.1/2	30	0,67	5,84	2,44	64,95
Švž. pomidorai	2-54	40	0,40	0,16	2,32	10,80
Stalo vanduo su vaisiais/uogomis	14-22/2	150/30	0,27	0,03	3,51	14,10
Iš viso:			18,93	14,85	53,92	427,98

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Viso grūdo makaronai su vištiena ir grietinėle (tausojantis)	46/2	90/60/20	12,95	8,38	23,76	226,13
Žirneliai	16-40	20	0,98	0,04	3,16	12,80
Arbata be cukraus	14-41	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Geriamas jogurtas	13-27	100	3,00	1,50	12,20	74,00
Iš viso:			16,93	9,92	39,12	312,93
Iš viso (dienos davinio):			**45,13**	**34,43**	**134,60**	**1052,14**

VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

3 savaitė
Pirmadienis

Tvirtinu: Direktorė Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta miežinių kruopų košė su linų sėmenimis (tausojantis)	4-03/2	200/5	6.21	7.33	27.93	214.42
Žolelių arbata	2	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	104	100	1.20	0.30	17.10	97.00
Iš viso:			7.41	7.63	45.03	311.42

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-02/1	150	1.92	2.17	13.50	80.32
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0.12	1.50	0.16	14.65
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.40	49.80
Kiaulienos ir jautienos maltas pjausnys keptas orkaiteje (tausojantis)	12-2/5	70	12.90	7.84	4.50	140.09
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	4-71	80	2.75	0.18	19.00	88.50
Pekino kopūstų švž. agurkų, avokado salotos su aliejaus užpilu (augalinis)	2-59/2	50/5	0.49	4.21	2.17	47.40
Švž. pomidorai	2-54	40	0.40	0.16	2.32	10.80
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.19	0.58
Iš viso:			19.54	16.11	49.72	420.75

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės virtinukai (tausojantis)	6-2/0	100	7.49	8.05	25.96	234.64
Natūralus jogurtas	13-22/1	70	3.08	2.73	3.29	50.40
Trintos braškės	13-22/5	25	0.18	0.08	6.93	27.95
Arbata be cukraus	70/2	150	0.06	0.02	0.49	1.52
Iš viso:			10.81	10.88	36.67	314.51
Iš viso (dienos davinio):			**37.76**	**34.62**	**131.42**	**1046.68**

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

3 savaitė
Antradienis

Tvirtinu: Direktorė Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė su juodaisiais serbentais (tausojantis)	4-30	200/20	6.51	8.26	25.03	197.00
Trapučiai	25.1/2	10	0.71	0.11	2.90	36.50
Vaisinė arbata	21	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Apelsinas (arba kitas sezoninis vaisius)	104/5	140	1.26	0.14	16.38	65.80
Iš viso:			8.48	8.51	44.31	299.30

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių, morkų, svogūnų sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-20	100	1.58	2.20	12.56	76.56
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0.12	1.50	0.16	14.65
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1.36	0.22	10.40	49.80
Keptas su garais kapotos vištienos kepsnys (tausojantis)	9-9/2	75	15.40	6.19	2.42	141.44
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	4-06/2	80	2.08	0.42	19.88	95.48
Švž. pomidorų ir agurkų salotos su grietine	2-79/0	80/15	1.05	4.67	3.97	60.66
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-21	200/1	0.00	0.00	0.01	0.04
Iš viso:			21.59	15.20	49.39	438.63

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynai iš kefyro ir miltų	5-21/0	100	6.66	9.52	33.95	255.76
Natūralus jogurtas	13-22/1	70	3.08	1.73	3.29	50.40
Kmynų arbata	47	150	0.02	0.01	0.05	0.33
Iš viso:			9.76	11.26	37.29	306.49
Iš viso (dienos davinio):			**39.83**	**34.98**	**130.99**	**1044.42**

VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

3 savaitė
Trečiadienis

Tvirtinu: Direktorė Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su trintomis uogomis (tausojantis)	48-1/4	150/15	6.18	7.10	24.07	209.20
Juoda arbata su citrina	14-1/2	150/2	0.00	0.00	0.02	0.06
Bananas (arba kitas sezoninis vaisius)	104	100	1.20	0.30	22.10	97.00
Iš viso:			7.38	7.40	46.19	306.26

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Baltųjų pupelių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	71	150	3.83	1.15	15.18	83.69
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0.12	1.50	0.16	14.65
Viso grūdo ruginė duona	16-1/2	25	1.70	0.28	13.00	62.25
Ryžių plovas su kalakutiena (tausojantis)	30	100/50	14.09	8.72	14.04	194.42
Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	2-52	80	0.72	0.08	6.06	26.40
Pekino kopūstų, pomidorų salotos su aliejaus užpilu (augalinis)	2-10/3	70/7	0.75	3.24	4.63	47.46
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0.02	0.01	0.19	0.58
Iš viso:			21.23	14.97	53.25	429.45

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė (tausojantis)	27-1/1	150	3.89	4.63	24.91	156.65
Pienas 2,5 % rieb.	14-60/2	200	5.80	5.00	9.40	106.00
Trapučiai	25.1/2	10	0.71	0.11	7.90	36.50
Iš viso:			10.40	9.74	42.21	299.15
Iš viso (dienos davinio):			**39.01**	**32.11**	**141.64**	**1034.86**

VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS

VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

3 savaitė
Ketvirtadienis

Tvirtinu: Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su džiovintais abrikosais (tausojantis)	4-51	150/5	5,92	1,74	23,06	139,48
Vaisinė arbata	21	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sumuštinis su sviestu ir fermentinių sūriu	104/17	25/4/10	4,61	6,36	13,60	128,85
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/1	100	0,50	0,10	10,20	43,70
Iš viso:			11,03	8,20	46,86	312,03

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Burokėlių ir pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	93/3	100	1,91	1,08	10,09	55,76
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,40	49,80
Naminis kiaulienos kotletas keptas orkaitėje (tausojantis)	12-1	80	15,85	8,27	6,08	162,64
Daržovių troškinys iš bulvių, morkų, kopūstų (tausojantis)	3-50/5	80	1,33	2,54	11,15	69,55
Švž. morkų ir obuolių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu (augalinis)	2-22/2	50/5	0,39	3,03	7,14	56,07
Gūžinės salotos "Iceberg" su agurku ir aliejaus užpilu (augalinis)	90.1/2	50/4	0,42	2,02	1,99	26,80
Stalo vanduo su citrina	14-20	200/2	0,02	0,01	0,19	0,58
Iš viso:			21,39	18,67	47,19	435,84

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Virtų bulvių virtinukai (tausojantis)	3-80/2	100	4,82	7,75	33,57	160,96
Grietinė (30 % rieb.)	13-8/1	25	0,60	4,00	0,78	73,25
Natūralus jogurtas	13-22/3	100	4,40	5,00	4,70	72,00
Žolelių arbata	2	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,82	16,75	39,04	306,21
Iš viso (dienos davinio):			**42,25**	**43,62**	**133,09**	**1054,08**

VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

3 savaitė
Penktadienis

Tvirtinu: Jelena Kropa- Dryžienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Tiršta grikių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	4-05	200/5	6,89	2,15	31,61	215,70
Sūrio lazdelės	117-1/1	20	4,16	5,04	0,12	58,00
Arbata be cukraus	70/2	150	0,06	0,02	0,49	1,52
Kriaušė (arba kitas sezoninis vaisius)	16-32/1	100	0,50	0,10	10,20	43,70
Iš viso:			11,61	7,31	42,42	318,92

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Trinta daržovių sriuba su pupelėmis(augalinis) (tausojantis)	79/3	100/4	0,86	4,04	5,82	61,11
Grietinė prie sriubos	13-19	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Viso grūdo ruginė duona	16-1	20	1,36	0,22	10,40	49,80
Menkės maltinukai su morkomis ir sūriu kepti orkaitėje (tausojantis)	8-27/1	50/10/5	11,62	6,41	5,77	126,43
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	3-10/3	70/2	1,66	2,12	12,58	72,75
Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	2-52	80	0,72	0,08	6,06	26,40
Virtų burokėlių su aliejaus ir citrinų užpilu (augalinis)	2/2/2	70/5	1,21	2,58	8,22	58,59
Stalo vanduo su šviežiais mėtų lapeliais	14-21/2	150/1	0,00	0,00	0,01	0,04
Iš viso:			16,33	14,37	40,78	409,77

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavan-deniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	32/2	100	6,41	7,64	31,01	219,63
Grietinė (30 % rieb.)	13-8/0	20	1,48	6,00	0,62	58,60
Trintos uogos	13-1	20	0,16	0,10	5,94	23,96
Juoda arbata su citrina	14-1/2	150/2	0,00	0,00	0,02	0,06
Iš viso:			8,05	13,74	37,59	302,25
Iš viso (dienos davinio):			**35,99**	**35,41**	**120,80**	**1030,94**

VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo 3 priedas

VALSTYBINĖS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBOS
VILNIAUS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

(Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos teritorinės valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos pavadinimas)

VALGIARAŠČIO VERTINIMO PAŽYMA

2019 m. gegužės 6 d. Nr. VVP-9614

Vilniaus m. lopšelis – darželis „Liepsnelė“, Kapsų g. 7, Vilnius

(vaikų ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos arba vaikų poilsio stovyklos pavadinimas, adresas)

UAB „Sanus cibus“, Girulių g. 10, Vilnius

(valgiaraštį teikiančios derinti įmonės arba įstaigos pavadinimas, adresas)

Įvertintas 1-3 metų vaikų amžiaus grupės
(1–3 m., 4–7 m., 6–10 m., 11 m. ir vyresni ir kt.) (įrašyti tinkamą)

pusryčių / ~~priešpiečių~~ / pietų / ~~pavakarių~~ / vakarienės valgiaraštis
(nereikalingą išbraukti)

Nustatytos neatitiktys: nenustatyta.

Valgiaraštis sudarytas vadovaujantis teisės aktų reikalavimais:

1. Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašas, patvirtintas Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymu Nr. V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ (2018 m. balandžio 10 d. redakcija).
2. Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašas, patvirtintas Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos direktoriaus 2015 m. birželio 22 d. įsakymu Nr. B1-610 „Dėl Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ (2018 m. birželio 29 d. redakcija).

Vertinimo išvada: suderinta / ~~nesuderinta~~
(nereikalingą išbraukti)

Vertinimą atliko:

Viršininkė - valstybinė veterinarijos inspektorė _____ (parašas) Vaida Barkovskienė

Vyriausioji specialistė – maisto produktų inspektorė _____ (parašas) Monika Zdanavičiūtė
(vertinimą atlikusio asmens pareigos)