

Jonavos vaikų l/d Saulutė

Jonava, Kosmonautų 13

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-6 m.

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 07:00 iki 18:30 val.

Jonavos vaikų l/d Saulutė (Dokumentas: 6-7 m. priešmokyklinukai)

Direktorė , Jelena Galvydytė

1 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba	Sr-1	150.00	3.65	4.45	14.41	112
Duona	Pus-D3	30.00	1.83	0.24	13.50	63
Kiaulienos troškiny su daržovėmis	An -1	150.00	23.92	15.62	9.57	275
Rauginti agurkai	Sal-10	40.00	0.25	0.16	0.98	6
Paprika	Sal-19	20.00	0.26	0.10	1.32	7
Keksiukai	Kond-1	60.00	3.48	12.00	35.40	264
Iš viso:			33.39	32.57	75.18	727

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			33.39	32.57	75.18	727

1 Savaitė, Antradienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba	Sr-15	150.00	1.03	4.24	8.57	77
Batonas	Piet-15	30.00	2.37	1.35	15.57	84
Bulvių plokštainis	An-2	200.00	22.03	10.31	31.28	306
Grietinės padažas	Pa-1	40.00	1.15	14.90	3.42	152
Burokėlių ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi	Sal-9	100.00	1.52	8.52	11.90	130
Brokolis	Sal-11	20.00	0.60	0.08	1.14	8
Sultys		200.00	0.00	0.00	0.00	0
Bananai	Pus-1 Bananai	85.00	1.70	0.43	32.73	142
Iš viso:			30.40	39.83	104.61	899

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			30.40	39.83	104.61	899

1 Savaitė, Trečiadienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su mėsos kukuliais	Sr- 3	150.00	4.99	4.26	8.29	91
Duona	Pus-D3	30.00	1.83	0.24	13.50	63
Žuvies teftelis su ryžiais	An-3	100.00	22.87	14.03	23.79	313
Virti griekiai	Gr-6	100.00	4.28	1.05	23.56	121
Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais	sal-19	100.00	1.15	9.24	7.39	117
Pomidorai	Sal-6	40.00	0.42	0.08	1.70	9
Sūrio lazdelė	Pus-14	20.00	5.34	4.16	0.10	59
Iš viso:			40.88	33.06	78.33	774

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			40.88	33.06	78.33	774

1 Savaitė, Ketvirtadienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių sriuba su pomidorais	Sr-2	150.00	2.84	3.71	20.26	126
Batonas	Piet-15	30.00	2.37	1.35	15.57	84
Kalakuto maltinis su sėlenomis	An-4	100.00	11.51	5.42	1.02	99
Lęšių daržovių troškiny	Gr-2	130.00	9.80	8.59	24.89	216
Paprika	Sal-19	40.00	0.52	0.20	2.64	14
Vynuogės	Pus-5	100.00	0.76	0.43	19.13	83
Sūrio lazdelė	Pus-14	40.00	10.68	8.32	0.20	118
Iš viso:			38.48	28.02	83.71	741

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			38.48	28.02	83.71	741

1 Savaitė, Penktadienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Brokolių sriuba	Sr- 10	150.00	2.12	4.40	10.86	92
Skrebutis,	Pus-D2	18.00	2.37	1.35	15.57	84
Mėsos ryžių troškiny	An -5	180.00	18.81	14.46	35.16	346
Raugintų kopūstų salotos	Sal-18	120.00	1.30	8.59	7.47	112
Pomidorai	Sal-6	40.00	0.42	0.08	1.70	9
Sūreliai		100.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			25.02	28.88	70.76	643

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			25.02	28.88	70.76	643

2 Savaitė, Pirmadienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pertrinta daržovių sriuba	Sr- 6	150.00	2.01	5.77	11.59	106
Batonas	Piet-15	30.00	2.37	1.35	15.57	84
Guliašas	An-6	170.00	23.02	16.54	10.99	285
Virtos bulvės	Gr-3	100.00	2.00	0.10	18.30	82
Rauginti agurkai	Sal-10	50.00	0.31	0.20	1.23	8
Paprika	Sal-19	25.00	0.33	0.13	1.65	9
Sūreliai		100.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			30.04	24.09	59.33	574

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			30.04	24.09	59.33	574

2 Savaitė, Antradienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių, perlinių kruopų sriuba	Sr- 7	150.00	2.14	5.48	16.64	124
Duona	Pus-D3	30.00	1.83	0.24	13.50	63
Paukštiesenos kepinukas	An-7	100.00	22.16	15.14	9.76	264
Morkų šparaginių pupelių kalafiorų troškiny	Gr-4	110.00	2.48	13.98	10.60	178
Brokolis	Sal-11	40.00	1.20	0.16	2.28	15
Kriaušės	Pus-4	150.00	0.67	0.50	22.33	97
Pomidorai	Sal-6	30.00	0.31	0.06	1.28	7
Iš viso:			30.79	35.56	76.39	749

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			30.79	35.56	76.39	749

2 Savaitė, Trečiadienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba	Sr-8	150.00	1.81	3.65	13.75	95
Batonas	Piet-15	30.00	2.37	1.35	15.57	84
Žuvies maltinis	An-8	100.00	18.26	13.30	8.23	226
Virti griekiai	Gr-6	100.00	4.28	1.05	23.56	121
Pomidorai	Sal-6	30.00	0.31	0.06	1.28	7
Brokolis	Sal-11	40.00	1.20	0.16	2.28	15
Vynuogės	Pus-5	80.00	0.61	0.35	15.30	67
Iš viso:			28.84	19.92	79.97	615

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			28.84	19.92	79.97	615

2 Savaitė, Ketvirtadienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avinžirnių sriuba	Sr- 9	150.00	5.20	4.01	21.41	143
Duona	Pus-D3	30.00	1.83	0.24	13.50	63
Karališki balandėliai	An-9	90.00	19.75	10.13	7.72	201
Bulvių košė	Gr-1	100.00	3.02	4.29	19.11	127
Brokolių pomidorų salotos	Sal-2	100.00	2.60	5.36	5.59	81
Rauginti agurkai	Sal-10	40.00	0.25	0.16	0.98	6
Sūrio lazdelė	Pus-14	40.00	10.68	8.32	0.20	118
Iš viso:			43.33	32.51	68.51	740

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			43.33	32.51	68.51	740

2 Savaitė, Penktadienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba	Sr- 5	150.00	1.73	4.64	13.28	102
Batonas	Piet-15	30.00	2.37	1.35	15.57	84
Paukštiesenos kukuliai	An-10	100.00	20.69	11.88	8.74	225
Virti ryžiai	Gr-7	100.00	3.08	2.14	26.78	139
Pekino kopūstų agurkų salotos	Sal-15	120.00	1.80	3.92	3.00	54
Pomidorai	Sal-6	50.00	0.52	0.10	2.13	12
Sūrio lazdelė	Pus-14	20.00	5.34	4.16	0.10	59
Mandarinai		80.00	0.56	0.24	7.52	34
Iš viso:			36.09	28.43	77.12	709

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			36.09	28.43	77.12	709

Jonavos vaikų l/d Saulutė (Dokumentas: 6-7 m. priešmokyklinukai)

Direktorė , Jelena Galvydytė

3 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba	Sr- 11	150.00	8.67	3.10	25.23	164
Duona	Pus-D3	35.00	2.14	0.28	15.75	74
Paukštiesos maltinukas (tausojantis)	AN-11	100.00	18.62	4.31	9.69	152
Bulvių košė	Gr-1	110.00	3.32	4.72	21.02	140
Raugintų kopūstų salotos	Sal-18	120.00	1.30	8.59	7.47	112
Paprika	Sal-19	20.00	0.26	0.10	1.32	7
Bananai	Pus-1 Bananai	105.00	2.10	0.53	40.43	175
Iš viso:			36.41	21.63	120.91	824

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			36.41	21.63	120.91	824

3 Savaitė, Antradienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba	Sr-1	150.00	3.65	4.45	14.41	112
Duona	Pus-D3	35.00	2.14	0.28	15.75	74
Virtų bulvių cepelinai	An-12	200.00	14.37	9.66	57.10	373
Grietinės padažas	Pa-1	40.00	1.15	14.90	3.42	152
Brokolis	Sal-11	40.00	1.20	0.16	2.28	15
Agurkai	Sal-1	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Vynuogės	Pus-5	100.00	0.76	0.43	19.13	83
Duonos lazdelės		50.00	4.95	4.65	36.00	206
Iš viso:			28.54	34.61	149.01	1022

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			28.54	34.61	149.01	1022

3 Savaitė, Trečiadienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vištienos sultinys	Sr- 15	150.00	5.43	2.38	8.80	78
Skrebutis	Pus-D2	18.00	2.37	1.35	15.57	84
Žuvies paplotėliai (su avižų sėlenomis)	An-13	100.00	17.35	8.19	2.14	152
Virti griekiai	Gr-6	110.00	4.71	1.16	25.92	133
Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais	sal-19	110.00	1.27	10.16	8.13	129
Sūreliai		100.00	0.00	0.00	0.00	0
Paprika	Sal-19	30.00	0.39	0.15	1.98	11
Iš viso:			31.52	23.39	62.54	587

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			31.52	23.39	62.54	587

3 Savaitė, Ketvirtadienis**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių sriuba su pomidorais	Sr-2	150.00	2.84	3.71	20.26	126
Duona	Pus-D3	35.00	2.14	0.28	15.75	74
Smulkinta kiauliena su makaronais	An-14	210.00	17.70	4.87	15.68	177
Pomidorai	Sal-6	40.00	0.42	0.08	1.70	9
Burokėlių ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi	Sal-9	120.00	1.82	10.22	14.28	156
Vynuogės	Pus-5	90.00	0.68	0.39	17.22	75
Sūrio lazdelė	Pus-14	40.00	10.68	8.32	0.20	118
Iš viso:			36.28	27.87	85.09	736

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			36.28	27.87	85.09	736

Jonavos vaikų I/d Saulutė (Dokumentas: 6-7 m. priešmokyklinukai)

Direktorė , Jelena Galvydytė

3 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba	Sr- 5	150.00	1.73	4.64	13.28	102
Batonas	Piet-15	35.00	2.77	1.58	18.17	98
Karališki balandėliai	An-9	100.00	21.94	11.25	8.58	223
Raudonas padažas	Pa-3	40.00	0.67	5.65	3.33	67
Virtos bulvės	Gr-3	110.00	2.20	0.11	20.13	90
Rauginti agurkai	Sal-10	50.00	0.31	0.20	1.23	8
Brokolis	Sal-11	40.00	1.20	0.16	2.28	15
Keksiukai	Kond-1	60.00	3.48	12.00	35.40	264
Iš viso:			34.30	35.59	102.40	867

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Iš viso:			0.00	0.00	0.00	0
Iš viso (dienos davinio):			34.30	35.59	102.40	867