

PATVIRTINTA
Jonavos vaikų lopšelio-darželio "Saulutė"
direktoriaus 2025 m. gruodžio 01 d.
įsakymu Nr. 1V-234

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

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Bulvių, šv. kopūstų, morkų sriuba (T)	Sr-30	150.00	3.14	10.91	1.58	78
Grietinė	Pa-5	5.00	1.5	0.15	0.13	15
Duona	Pus-D3	30.00	0.24	12.3	1.56	58
Paukštiesos maltinukas (T)	AN-11	100.00	3.96	9.86	17.71	146
Virtos bulvės (A) (T)	Gr-3	110.00	0.13	24.92	2.73	112
Rauginti agurkai	Sal-10	55.00	0.22	1.35	0.34	9
Pomidorai	Sal-6	50.00	0.1	2.13	0.52	12
Paprika	Sal-19	50.00	0.25	3.3	0.65	18
Varškės sūreliai	sūr -2	100.00	8	5.2	16	157
Trapučiai	trap-1	33.00	0.99	21.19	3.83	109
Iš viso:			18.53	91.31	45.05	712
Iš viso (dienos davinio):			18.53	91.31	45.05	712

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

Direktorė, Jelena Galvydytė

1 Savaitė, Antradienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Daržovių sriuba su kiaulienos kumpio mėsos kukuliais (T)	Sr- 3	150.00	4.1	7.58	4.36	85
Grietinė	Pa-5	5.00	1.5	0.15	0.13	15
Duona	Pus-D3	30.00	0.24	12.3	1.56	58
Jūrinio ešerio filė teftelis su ryžiais (T)	An-3	100.00	5.41	13.34	18.57	176
Virti griekiai (A) (T)	Gr-6	110.00	1.16	25.92	4.71	133
Burokėlių, porų salotos su alyvuogių aliejumi	sal-4	95.00	5.81	11.12	1.71	104
Agurkai	Sal-1	40.00	0.08	0.92	0.32	6
Sūrio lazdelė	Pus-14	40.00	8.32	0.2	10.68	118
obuolių sultys	sult -1	200.00	0	22	1	92
Iš viso:			26.62	93.53	43.04	786
Iš viso (dienos davinio):			26.62	93.53	43.04	786

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

Direktorė, Jelena Galvydytė

1 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Raugintų kopūstų sriuba A) (T)	Sr-15	150.00	3.04	8.45	0.93	65
Grietinė	Pa-5	5.00	1.5	0.15	0.13	15
Duona	Pus-D3	30.00	0.24	12.3	1.56	58
Virtų bulvių cepelinai (T)	An-12	200.00	9.66	57.09	14.37	373
Grietinės padažas	Pa-1	40.00	12.7	3.17	1.43	133
Brokolis	Sal-11	50.00	0.2	2.85	1.5	19
Paprika	Sal-19	35.00	0.18	2.31	0.46	13
Agurkai	Sal-1	30.00	0.06	0.69	0.24	4
Jogurtas (su skoniais)	Kond-2	125.00	3.13	9.38	3.63	80
Sūrio lazdelė	Pus-14	40.00	8.32	0.2	10.68	118
Iš viso:			39.03	96.59	34.93	877
Iš viso (dienos davinio):			39.03	96.59	34.93	877

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

Direktorė, Jelena Galvydytė

1 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Bulvių, žirnių, morkų sriuba (T)	Sr- 12	150.00	2.86	12.17	2.35	84
Batonas	Piet-15	30.00	0.94	16.16	2.69	84
Kalakutienos šlaunelių mėsos maltinis su sėlėnomis (T)	An-4	100.00	8.76	5.02	19.34	176
Lęšių, morkų, svogūnų troškiny (T)	Gr-2	130.00	13.68	31.92	12.83	302
Agurkai	Sal-1	66.00	0.13	1.52	0.53	9
Pomidorai	Sal-6	60.00	0.12	2.56	0.62	14
Sūrio lazdelė	Pus-14	40.00	8.32	0.2	10.68	118
Trapučiai	trap-1	33.00	0.99	21.19	3.83	109
Iš viso:			35.8	90.74	52.87	897
Iš viso (dienos davinio):			35.8	90.74	52.87	897

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

Direktorė, Jelena Galvydytė

1 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Trinta moliūgų, bulvių, morkų sriuba (T)	Sr-8	150.00	3.66	15.52	2	103
Skrebutis (batonas su pilno grūdo miltais)	Pus-D2	25.00	0.57	13.38	1.2	63
Kiaulienos kumpio mėsos ir ryžių troškinys (T)	An -5	200.00	16.04	39.14	20.86	384
Raugintų kopūstų, porų salotos su alyvuogių aliejumi	Sal-18	80.00	5.73	4.98	0.87	75
Paprika	Sal-19	37.00	0.19	2.44	0.48	13
Varškės sūreliai	sūr -2	100.00	8	5.2	16	157
Jogurtas (su skoniais)	Kond-2	125.00	3.13	9.38	3.63	80
Iš viso:			37.32	90.04	45.04	876
Iš viso (dienos davinio):			37.32	90.04	45.04	876

2 Savaitė, Pirmadienis**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Bulvių, žirnių, morkų sriuba (T)	Sr-12	150.00	2.86	12.17	2.35	84
Batonas	Piet-15	30.00	0.94	16.16	2.69	84
Paukštienos kepinukas (T)	An-7	100.00	15.14	9.8	22.18	264
Šparaginių pupelių kalafiorų morkų troškiny (T)	Gr-4	95.00	12.12	9.9	2.56	159
Brokolis	Sal-11	45.00	0.18	2.57	1.35	17
Pomidorai	Sal-6	35.00	0.07	1.49	0.36	8
Jogurtas (su skoniais)	Kond-2	125.00	3.13	9.38	3.63	80
Sūrio lazdelė	Pus-14	20.00	4.16	0.1	5.34	59
Iš viso:			38.6	61.57	40.46	756
Iš viso (dienos davinio):			38.6	61.57	40.46	756

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

Direktorė, Jelena Galvydytė

2 Savaitė, Antradienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Bulvių, avinžirnių, morkų sriuba (T)	Sr- 9	150.00	4.01	21.41	5.2	143
Duona	Pus-D3	30.00	0.24	12.3	1.56	58
Jūrinio ešerio filė maltinis su sėlenomis (T)	An-8	100.00	13.19	9.16	18.38	229
Virti griekiai (A) (T)	Gr-6	100.00	1.05	23.56	4.28	121
Kopūstų salotos su morkomis, paprika ir obuoliais bei alyvuogių aliejumi (A) (T)	sal-19	100.00	6.55	7.01	1.21	92
Rauginti agurkai	Sal-10	60.00	0.24	1.47	0.38	10
Jogurtas (su skoniais)	Kond-2	125.00	3.13	9.38	3.63	80
Trapučiai	trap-1	33.00	0.99	21.19	3.83	109
Iš viso:			29.4	105.48	38.47	840
Iš viso (dienos davinio):			29.4	105.48	38.47	840

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

Direktorė, Jelena Galvydytė

2 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Anglavan- deniai, g	Baltymai, g	
Burokėlių, bulvių, morkų sriuba	sriub7	150.00	4.64	13.28	1.73	102
Duona	Pus-D3	30.00	0.24	12.3	1.56	58
Kiaulienos kumpio maltinukas su virtu kiaušiniu (T)	Pus-46	100.00	16.55	10.63	18.31	265
Virtos perlinės kruopos (A) (T)	Pus-Kr10	110.00	5.66	22.62	2.95	153
Brokolis	Sal-11	60.00	0.24	3.42	1.8	23
Rauginti agurkai	Sal-10	55.00	0.22	1.35	0.34	9
Pomidorai	Sal-6	50.00	0.1	2.13	0.52	12
Varškės sūreliai	sūr -2	100.00	8	5.2	16	157
obuolių sultys	sult -1	200.00	0	22	1	92
Iš viso:			35.65	92.93	44.21	869
Iš viso (dienos davinio):			35.65	92.93	44.21	869

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

Direktorė, Jelena Galvydytė

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Pertrinta bulvių, kopūstų, morkų, kons. žirnelių sriuba (T)	Sr- 6	150.00	5.77	11.62	2.02	106
Batonas	Piet-15	30.00	0.94	16.16	2.69	84
Paukštienos šlaunelių mėsos kukuliai (T)	An-10	100.00	10.71	10.93	19.51	218
Virti ryžiai (A) (T)	Gr-7	100.00	2.14	26.78	3.08	139
Pekino kopūstų agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (A) (T)	Sal-15	105.00	3.43	2.63	1.58	48
Paprika	Sal-19	60.00	0.3	3.96	0.78	22
Sūrio lazdelė	Pus-14	20.00	4.16	0.1	5.34	59
Varškės sūreliai	sūr -2	100.00	8	5.2	16	157
Iš viso:			35.45	77.38	51	833
Iš viso (dienos davinio):			35.45	77.38	51	833

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

Direktorė, Jelena Galvydytė

2 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Bulvių, kons. pomidorų, morkų su ryžiais sriuba (T)	Sr- 13	150.00	3.62	15.66	1.94	103
Duona	Pus-D3	30.00	0.24	12.3	1.56	58
Balandėliai (T) (kiaulienos)	An-9	100.00	10.09	8.34	17.91	196
Bulvių košė (T)	Gr-1	100.00	4.31	23.12	3.46	145
Brokolių pomidorų porų salotos su alyvuogių aliejumi (A) (T)	Sal-2	100.00	6.7	6.99	3.25	101
Agurkai	Sal-1	46.00	0.09	1.06	0.37	7
Sūrio lazdelė	Pus-14	20.00	4.16	0.1	5.34	59
Trapučiai	trap-1	33.00	0.99	21.19	3.83	109
Iš viso:			30.2	88.76	37.66	777
Iš viso (dienos davinio):			30.2	88.76	37.66	777

3 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Bulvių, lęšių, morkų sriuba (T)	Sr- 11	150.00	1.9	25.11	8.57	152
Grietinė	Pa-5	5.00	1.5	0.15	0.13	15
Duona	Pus-D3	30.00	0.24	12.3	1.56	58
Kiaulienos kumpio mėsos ir ryžių troškiny (T)	An -5	200.00	16.04	39.14	20.86	384
Raugintų kopūstų, porų salotos su alyvuogių aliejumi	Sal-18	90.00	6.44	5.61	0.98	84
Rauginti agurkai	Sal-10	45.00	0.18	1.1	0.28	7
Sūrio lazdelė	Pus-14	40.00	8.32	0.2	10.68	118
Trapučiai	trap-1	33.00	0.99	21.19	3.83	109
Iš viso:			35.61	104.8	46.89	927
Iš viso (dienos davinio):			35.61	104.8	46.89	927

3 Savaitė, Antradienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Vištienos sultinys	Sr- 15	150.00	2.38	8.86	5.45	79
Skrebutis (batonas su pilno grūdo miltais)	Pus-D2	25.00	0.57	13.38	1.2	63
Orkaitėje kepti ešerio filė paplotėliai su sėlenomis (T)	An-20	100.00	8.01	5.56	17.03	162
Virti ryžiai (A) (T)	Gr-7	100.00	2.14	26.78	3.08	139
Kopūstų salotos su morkomis, paprika ir obuoliais bei alyvuogių aliejumi (A) (T)	sal-19	85.00	5.57	5.96	1.03	78
Agurkai	Sal-1	35.00	0.07	0.81	0.28	5
Jogurtas (su skoniais)	Kond-2	125.00	3.13	9.38	3.63	80
Sūrio lazdelė	Pus-14	40.00	8.32	0.2	10.68	118
Iš viso:			30.19	70.93	42.38	725
Iš viso (dienos davinio):			30.19	70.93	42.38	725

3 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Bulvių, morkų, pupelių sriuba (T)	Sr-1	150.00	3.25	14.29	3.55	101
Grietinė	Pa-5	4.00	1.2	0.12	0.1	12
Duona	Pus-D3	30.00	0.24	12.3	1.56	58
Bulvių plokštainis	bulv1	200.00	10.31	31.28	22.03	306
Grietinės padažas	Pa-1	40.00	12.7	3.17	1.43	133
Burokėlių, porų salotos su alyvuogių aliejumi	sal-4	110.00	6.73	12.87	1.98	120
Agurkai	Sal-1	50.00	0.1	1.15	0.4	7
Varškės sūreliai	sūr -2	100.00	8	5.2	16	157
Trapučiai	trap-1	66.00	1.98	42.38	7.66	218
Iš viso:			44.51	122.76	54.71	1110
Iš viso (dienos davinio):			44.51	122.76	54.71	1110

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

Direktorė, Jelena Galvydytė

3 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Bulvių, morkų, perlinių kruopų sriuba (T)	Sr- 7	150.00	5.48	16.64	2.14	124
Duona	Pus-D3	30.00	0.24	12.3	1.56	58
Smulkinta paukštiena su makaronais (kietagrūdžiais) (T)	An-14p	200.00	1.56	13.91	19.19	146
Pekino kopūstų agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (A) (T)	Sal-15	95.00	3.11	2.38	1.43	43
Paprika	Sal-19	50.00	0.25	3.3	0.65	18
Melionai	Pus-3	150.00	0.15	11.55	1.05	52
obuolių sultys	sult -1	200.00	0	22	1	92
Iš viso:			10.79	82.08	27.02	534
Iš viso (dienos davinio):			10.79	82.08	27.02	534

3 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 12:00 - 12:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Baltymai, g	
Burokėlių, bulvių, morkų sriuba	sriub7	150.00	4.64	13.28	1.73	102
Batonas	Piet-15	30.00	0.94	16.16	2.69	84
Balandėliai (T) (kiaulienos)	An-9	100.00	10.09	8.34	17.91	196
Grietinės ir pomidorų padažas	Pa-3	40.00	9.98	3.39	0.7	106
Virti griekiai (A) (T)	Gr-6	110.00	1.16	25.92	4.71	133
Brokolių agurkų porų salotos su alyvuogių aliejumi (A) (T)	Sal-7nauj	100.00	3.32	6.63	2.26	65
Pomidorai	Sal-6	45.00	0.09	1.92	0.47	10
Sūrio lazdelė	Pus-14	20.00	4.16	0.1	5.34	59
Varškės sūreliai	sūr -2	100.00	8	5.2	16	157
Iš viso:			42.38	80.94	51.81	912
Iš viso (dienos davinio):			42.38	80.94	51.81	912