

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

Taikos pr. 76, Klaipėda

Klaipėdos lopšelio-darželio „Sakalėlis“

Šiaulių g. 11, Klaipėda

**15 DIENŲ
PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS**

2 variantas

(su naktpiečiais)

4-7 m.

Istaigos darbo laikas
Nuo 7:30 iki 18 val.



Klaipėdos lopšelio-darželio
„Sakalėlis“
direktorė
Alma Balvičienė

2

Klaipėdos lopšelis-darželis „Sakalėlis“, 2024

Darželis, 4 maitinimai

PATVIRTINTA

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro direktoria

2024 m. rugsėjo 23 d. įsakymu Nr. J-93

4 priedas

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dr. košė T	2.1	200	8,706	5,195	29,211	191,590
Sviestas	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,520
Šviesi duona	13.2	25	1,325	0,200	13,550	57,750
1) Avokado užtepėlė A	13.2.6	20	0,319	4,451	1,070	45,542
arba 2) Pupelių užtepėlė TA	13.2.2	20	1,491	3,115	4,483	47,220
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso (1):			10,406	16,454	43,895	354,402
Iš viso (2):			11,578	15,118	47,308	356,080

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Žirnių ir perlinių kr. srb. TA	1.11	150	3,679	3,336	14,569	95,140
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Kiaulienos maltinukas T	3.1.8	80	19,520	10,252	5,445	190,595
Bulvių košė T	11.1.1	80	1,929	2,853	14,337	89,790
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	40	0,68	2,87	0,64	34,62
**Daržovės	12.4	40	0,72	0,12	2,68	11,76
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			28,838	19,851	67,126	542,321

Vakarienė 15.30 val.

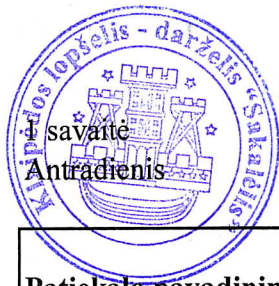
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai T	7.5	150	21,03	11,025	33,775	342,274
Jogurto ir uogienės pad.	4.21	35	1,522	0,897	7,736	43,723
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,33
Iš viso:			1,72	12,067	42,01	389,327

Naktiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kr. košė TA	2.19.1	200	4,240	1,160	27,800	140,800
Trintų uogų pad.	4.18	20	0,167	0,104	1,880	7,292
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			4,407	1,264	29,68	148,092
Iš viso (dienos davinio) (1):			45,371	49,636	182,711	1434,142
Iš viso (dienos davinio) (2):			46,543	48,300	186,124	1435,820

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
TA - tausojantis augalinis



Klaipėdos lopšelio-darželio
„Sakalėlis“
direktorė
Alma Balvičienė

3

Klaipėdos lopšelis-darželis „Sakalėlis“, 2024

Darželis, 4 maitinimai

4 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų dr. košė T	2.6	200	7,410	3,865	27,163	173,519
Sviestas	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,520
Morkų lazdelės / tarkuotos morkos	12.4.4	50	0,500	0,100	4,350	15,500
Šviesi duona su sviestu	13.1.1	35/7	1,904	6,062	19,026	132,930
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			9,870	16,635	50,603	381,469

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Daržovių srb. TA	1.15	150	1,938	3,171	12,078	78,220
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Vištienos maltinukas T	3.2.6	80	20,712	5,797	5,947	148,050
Virtos ryžių kr. TA	11.2.4	80	2,130	0,570	23,040	101,100
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	80	1,309	6,669	1,232	76,798
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			29,263	16,963	74,492	535,584

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai	9.1	120	9,091	11,562	33,444	298,768
Jogurtas	4.5	20	1,150	0,690	0,786	14,110
Uogienė / džemas	4.17	15	0,045	0,000	11,190	42,300
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			10,286	12,252	45,420	355,178

Naktiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė T	10.3	100	11,077	10,243	2,513	146,430
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			11,617	10,333	4,523	155,250
Iš viso (dienos davinio):			61,036	56,183	175,038	1427,481

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu
„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
TA - tausojantis augalinis



Klaipėdos lopšelio-darželio

„Sakalėlis“

direktorė

Alma Balvičienė Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis T	10.1	60	7,380	7,020	0,420	94,200
**Daržovės	12.4	40	0,720	0,120	2,680	11,760
Ž. žirneliai / kukurūzai (konserv.)	12.4.9	20	0,780	0,080	3,780	16,700
Šviesi duona su sviestu ir ferm. sūriu	13.1.3	35/7/20	6,104	11,662	19,426	201,930
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			15,848	19,218	42,746	390,590

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Daržovių sult. su mak. TA	1.5	150	1,389	3,117	9,950	71,150
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Jautienos befstrogenas T	3.4.3	70/30	23,405	16,618	4,643	258,840
Bulvių košė T	11.1.1	80	1,929	2,853	14,337	89,790
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	60	0,986	5,256	0,928	59,912
**Daržovės	12.4	20	0,360	0,060	1,340	5,880
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			30,379	28,324	46,953	550,988

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kr. srb. T	1.3.1	200	7,095	8,240	22,430	188,200
Riestainis	14.1	50	5,500	0,900	32,650	157,000
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			12,595	9,14	55,08	345,200

Naktiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kr. košė TA	2.7.1	150	4,410	1,085	24,255	122,150
Sviestas	4.1	4	0,028	3,304	0,032	29,760
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			4,438	4,389	24,287	151,91
Iš viso (dienos davinio):			63,26	61,071	169,066	1438,688

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu

„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis

TA - tausojantis augalinis



Klaipėdos lopšelio-darželio
„Sakalėlis“
direktorė
Alma Balvičienė

5

Klaipėdos lopšelis-darželis „Sakalėlis“, 2024

Darželis, 4 maitinimai

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kr. košė TA	2.7.1	200	5,670	1,395	31,185	157,050
Neraf. al.	4.6	7	0,000	6,696	0,000	60,340
Šviesi duona su lyd. sūriu	13.1.4	35/20	4,255	4,546	20,170	133,117
Morkų lazdelės / tarkuotos morkos	12.4.4	40	0,400	0,080	3,480	12,400
Arbatžolių arbata su citrina (nesald.)	6.3	200	0,049	0,028	0,644	2,170
Iš viso:			10,374	12,745	55,479	365,077

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Barščiai su pupelėmis TA	1.7	150	3,019	3,218	17,079	100,620
Jogurt. grietinė	4.4	15	0,474	1,644	0,635	21,150
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Žuvies maltinukas T	3.6.3	80	17,317	9,732	8,118	188,091
Virtos bulvės TA	11.4	80	1,620	0,081	14,823	65,610
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	50	0,833	4,063	0,784	47,266
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			26,833	19,528	72,904	551,973

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su trošk. višt. pad. T	8.1.2	125/50	17,245	5,396	45,938	299,780
Sūrio lazdelė	13.7	20	4,200	5,600	0,400	69,000
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			21,643	11,141	46,837	372,11

Naktiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kr. košė TA	2.11.1	200	4,680	0,630	31,950	156,150
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			4,68	0,63	31,95	156,15
Iš viso (dienos davinio):			63,53	44,044	207,17	1445,31

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
TA - tausojantis augalinis



1 savaitė
Penktadienis

Klaipėdos lopšelio-darželio
„Sakalėlis“
direktorė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kr. košė su cin. ir cukr. T	2.16	200/4	7,037	2,860	35,720	199,776
Šviesi duona su sviestu	13.1.1	30/4	1,618	3,544	16,292	99,060
*Kakava su pienu (sald.)	6.7.1	200	3,610	2,713	11,338	82,850
Iš viso:			12,265	9,117	63,35	381,686
Pietūs 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Trinta žied. kopūstų srb. TA	1.4.3	150	1,758	4,164	10,252	79,580
Skrebučiai TA	13.3	10	1,747	3,800	10,320	53,066
Plovas su kalakutiena T	3.3.6	140/50	16,902	14,703	33,575	323,590
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			22,711	23,243	75,952	545,772
Vakarienė 15.30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas T	7.8	150	19,338	17,328	21,691	319,820
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.1	35	0,383	0,161	5,790	22,960
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			19,721	17,489	27,481	342,78
Naktiepiečiai 19 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Riestainis	14.1	50	5,500	0,900	32,650	157,000
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			5,5	0,9	32,65	157
Iš viso (dienos davinio):			60,197	50,749	199,433	1427,238

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
 „**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
 TA - tausojantis augalinis



2 savaitė
Pirmadienis

Klaipėdos lopšelio-darželio

„Sakalėlis“

direktorė

Alma Balvičienė

7

Klaipėdos lopšelis-darželis „Sakalėlis“, 2024

Darželis, 4 maitinimai

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių javų dr. košė T	2.6	200	7,410	3,865	27,163	173,519
Sviestas	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,520
Šviesi duona su lyd. sūriu	13.1.4	35/20	4,255	4,546	20,170	133,117
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			11,919	15,164	47,896	369,486

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Ryžių kr. srb. su pomidorais TA	1.21	150	1,286	3,301	11,683	77,110
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Kiaulienos kepinukas T	3.1.9	80	20,421	11,997	7,579	218,920
Virtos bulvės TA	11.4	80	1,620	0,081	14,823	65,610
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	50	0,833	4,063	0,784	47,266
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			27,874	20,288	69,074	549,142

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai T	7.5	150	21,030	11,025	33,775	342,274
Saldus jogurto pad.	4.20	30	1,667	1,000	3,934	31,520
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			22,697	12,025	37,709	373,794

Naktiepiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kr. košė T	2.12	150	5,784	2,469	28,491	152,550
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			5,784	2,469	28,491	152,55
Iš viso (dienos davinio):			68,274	49,946	183,17	1444,972

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu

„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis

TA - tausojantis augalinis



Klaipėdos lopšelio-darželio
„Sakalėlis“
direktore *Alma Balvičienė*

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių kr. košė T	2.4	200	10,296	5,654	33,638	216,480
Sviestas	4.1	5	0,035	4,130	0,040	37,200
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.1	20	0,215	0,092	3,210	12,690
Šviesi duona su sviestu	13.1.1	20/3	1,081	2,638	10,864	68,520
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			12,347	12,794	61,452	389,890

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Trinta cukinijų / moliūgų srb. TA	1.4.5	150	1,817	5,478	12,637	98,760
Skrebučiai TA	13.3	10	1,747	3,800	10,320	53,066
Troškinta vištiena T	3.2.4	60/40	19,437	9,520	5,725	174,850
Virtos kvietinės Bulgur kr TA	11.2.7	80	3,840	0,416	24,320	109,440
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	80	1,309	6,669	1,232	76,798
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			28,15	25,883	54,239	512,93

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai	9.7	150	10,258	14,074	39,083	353,315
Jogurto ir uogienės pad.	4.21	30	1,343	0,793	6,126	35,966
Arbatžolių arbata su citrina (nesald.)	6.3	200	0,049	0,028	0,644	2,170
Iš viso:			11,65	14,895	45,853	391,451

Naktiepiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių, morkų, ž. žirnelių troškinys TA	5.6.1	150	4,588	4,327	25,671	143,770
**Daržovės	12.4	40	0,720	0,120	2,680	11,760
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			5,308	4,447	28,351	155,53
Iš viso (dienos davinio):			57,455	58,019	189,895	1449,801



2 savaitė
Trečiadienis

Klaipėdos lopšelio-darželio
„Sakalėlis“
direktore
Alma Balvičienė

9

Klaipėdos lopšelis-darželis „Sakalėlis“, 2024

Darželis, 4 maitinimai

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas T	10.2	100	12,044	14,352	9,195	212,840
**Daržovės	12.4	40	0,720	0,120	2,680	11,760
Ž. žirneliai / kukurūzai (konserv.)	12.4.9	20	0,780	0,080	3,780	16,700
Šviesi duona su sviestu	13.1.1	35/7	1,904	6,062	19,026	132,930
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			15,448	20,614	34,681	374,23

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Pupelių srb. TA	1.12	150	4,178	2,298	17,126	95,880
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Jautienos ir kiaulienos mažylių balandėlis T	3.5.3	100	20,132	10,117	6,122	193,306
Bulvių košė su morkomis TA	11.1.4	80	1,400	0,106	12,702	54,420
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	80	1,309	6,669	1,232	76,798
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Iš viso:			29,905	19,834	63,897	529,820

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška mak. srb. T	1.3.2	200	7,352	3,572	25,052	164,560
Šviesi duona su sviestu ir ferm. sūriu	13.1.3	35/7/20	6,104	11,662	19,426	201,930
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			13,456	15,234	44,478	366,49

Naktiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dr. košė su obuoliais ir cin. TA	2.3	200	5,592	2,735	29,046	153,842
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			5,79	2,88	29,545	157,172
Iš viso (dienos davinio):			64,599	58,562	172,601	1427,712

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
TA - tausojantis augalinis



2 savaitė
Ketvirtadienis

Klaipėdos lopšelio-darželio
„Sakalėlis“
direktore

Alma Balvičienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kr. košė T	2.17	200	6,067	2,745	29,407	166,880
Sviestas	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,520
Cukrus su cin.	4.16	4	0,032	0,010	4,640	17,776
*Kakava su pienu (sald.)	6.7.1	200	3,610	2,713	11,338	82,850
Sausučiai	14.2	10	1,100	0,180	6,530	31,400
Iš viso:			10,865	12,256	51,979	358,426

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Raug. kopūstų srb. su bulvėmis TA	1.17	150	1,587	3,058	9,571	70,450
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Kepta žuvis (riebi) T	3.6.1.1	75	18,565	14,766	2,720	210,634
Virtos ryžių kr. TA	11.2.4	80	2,130	0,570	23,040	101,100
**Daržovės	12.4	40	0,720	0,120	2,680	11,760
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	40	0,680	2,870	0,640	34,620
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	100	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			26,712	22,084	68,106	548,98

Vakarienė 15.30 val. (1 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių košė T	11.1.1	200	4,688	7,492	35,108	224,240
Grietinės ir sviesto pad.	4.8	25	0,373	4,897	1,385	50,935
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	100	1,632	8,082	1,536	93,684
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			6,693	20,471	38,029	368,859

ARBA

Vakarienė 15.30 val. (2 variantas)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pica su vištiena	9.14	80/80	20,919	12,910	47,371	372,135
**Daržovės	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			22,179	13,120	52,061	392,715

Naktiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kr. košė TA	2.9.1	200	5,265	0,855	31,095	142,650
Sviestas	4.1	2	0,014	1,652	0,016	14,880
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			5,279	2,507	31,111	157,53
Iš viso (dienos davinio) (1):			49,549	57,318	189,225	1433,795
Iš viso (dienos davinio) (2):			65,035	49,967	203,257	1457,651

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu

„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis

TA - tausojantis augalinis



2 savaitė
Penktadienis

Klaipėdos lopšelio-darželio
„Sakalėlis“
direktorė
Alma Balvičienė

11

Klaipėdos lopšelis-darželis „Sakalėlis“, 2024

Darželis, 4 maitinimai

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kr. košė T	2.11	200	7,740	2,880	36,360	206,550
Sviestas	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,520
Duoniukai / trapučiai	13.4	20	1,680	0,480	16,400	73,800
Moliūgų ir avinžirnių užtepėlė A	13.2.3	25	1,546	2,910	5,174	51,845
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			11,022	12,878	57,998	391,715

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Barščiai su bulvėmis TA	1.6	150	1,607	3,122	12,479	83,220
Grietinė	4.2	10	0,240	3,000	0,310	29,300
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Kalakutienos maltinukas T	3.3.5	80	19,663	5,457	4,860	146,120
Bulvių košė T	11.1.1	80	1,929	2,853	14,337	89,790
**Daržovės	12.4	40	0,720	0,120	2,680	11,760
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	40	0,680	2,870	0,640	34,620
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	150	1,080	0,420	20,550	82,500
Iš viso:			28,229	18,262	71,611	542,726

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas T	7.9	150	21,302	17,919	19,718	325,361
Jogurtas	4.5	20	1,150	0,690	0,786	14,110
Trintų uogų pad.	4.18	20	0,167	0,104	1,880	7,292
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			22,619	18,713	22,384	346,763

Naktiepiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė	14.3	50	7,900	1,740	29,060	153,900
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			8,098	1,885	29,559	157,23
Iš viso (dienos davinio):			69,968	51,738	181,552	1438,434

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
TA - tausojantis augalinis



Klaipėdos lopšelio-darželio
„Sakalėlis“
direktorė
Alma Balvičienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kr. košė T	2.9	200	7,985	2,855	35,015	187,450
Sviestas	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,520
Duoniukai / trapiukai	13.4	15	1,260	0,360	12,300	55,350
Varškės užtepėlė (sald.)	13.2.5	20	2,652	2,850	1,682	43,070
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Iš viso:			12,529	12,897	60,021	389,390

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Rūgštynių srb. su bulvėmis TA	1.20	150	1,517	3,319	12,834	81,870
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Plovas su kiauliena T	3.1.12	150/50	17,646	16,032	34,305	341,900
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	50	0,833	4,063	0,784	47,266
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			22,846	23,924	65,688	545,272

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška mak. srb. T	1.3.2	200	6,920	3,560	22,020	150,200
Šviesi duona su sviestu ir varškės sūriu	13.1.5	35/7/20	5,544	10,462	19,786	190,330
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			12,662	14,167	42,305	343,86

Naktiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis T	10.1	60	7,380	7,020	0,420	94,200
Šviesi duona	13.2	25	1,325	0,200	13,550	57,750
**Daržovės	12.4	20	0,360	0,060	1,340	5,880
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			9,065	7,28	15,31	157,830
Iš viso (dienos davinio):			57,102	58,268	183,324	1436,352

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu

„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis

TA - tausojantis augalinis



Klaipėdos lopšelio-darželio

„Sakalėlis“

direktorė

Alma Balvičienė

13

Klaipėdos lopšelis-darželis „Sakalėlis“, 2024

Darželis, 4 maitinimai

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kr. košė T	2.19	200	7,300	3,410	32,210	191,200
Sviestas	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,520
Sūrio lazdelė	13.7	20	4,200	5,600	0,400	69,000
Morkų lazdelės / tarkuotos morkos	12.4.4	40	0,400	0,080	3,480	12,400
*Arbatžolių arbata su citrina (sald.)	6.3.1	200	0,049	0,028	6,632	25,870
Iš viso:			12,005	15,726	42,786	357,99

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Agurkinė srb. su perl. kr. TA	1.19	150	1,690	3,269	13,572	85,890
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Vištienos maltinukas T	3.2.6	80	20,712	5,797	5,947	148,050
Bulvių košė TA	11.1.2	80	1,660	0,083	15,189	67,230
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	80	1,309	6,669	1,232	76,798
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	150	1,080	0,420	20,550	82,500
Iš viso:			28,761	16,658	72,245	525,884

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varškės įdr.	9.4	120/45	16,291	15,612	35,019	371,768
Jogurto ir uogienės pad.	4.21	15	0,644	0,380	3,416	19,041
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			16,935	15,992	38,435	390,809

Naktiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	*riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kr. košė TA	2.12.1	150	3,234	0,594	24,816	110,550
Sviestas	4.1	6	0,042	4,956	0,048	44,640
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			3,276	5,55	24,864	155,19
Iš viso (dienos davinio):			60,977	53,926	178,33	1429,873

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu

„**“ pirmybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis

TA - tausojantis augalinis



3 savaitė
Trečiadienis

Klaipėdos lopšelio-darželio
„Sakalėlis“
direktore
Alma Balvičienė

14

Klaipėdos lopšelis-darželis „Sakalėlis“, 2024

Darželis, 4 maitinimai

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė T	10.3	100	11,077	10,243	2,513	146,43
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Šviesi duona su sviestu ir ferm. sūriu	13.1.3	35/7/20	6,104	11,662	19,426	201,930
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			18,621	22,145	27,299	371,88

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Kopūstų srb. su bulvėmis TA	1.16	150	1,255	3,135	8,581	62,440
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Jautienos ir kiaulienos maltinukas T	3.5.4	80	15,835	9,431	5,460	171,44
Kvietinės Kuskus kr. TA	11.2.8	80	5,120	0,240	28,960	150,400
**Daržovės	12.4	80	1,440	0,240	5,360	23,520
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso:			26,824	13,802	80,556	539,217

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai T	7.4	110	19,110	12,446	20,452	281,459
Saldus grietinės pad.	4.19	30	0,696	8,700	3,693	96,030
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	200	0,198	0,145	0,499	3,330
Iš viso:			20,004	21,291	24,644	380,819

Naktiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kr. košė TA	2.9.1	200	5,265	0,855	31,095	142,650
Sviestas	4.1	2	0,014	1,652	0,016	14,880
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			5,279	2,507	31,111	157,530
Iš viso (dienos davinio):			70,728	59,745	163,61	1449,446

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis
TA - tausojantis augalinis

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dr. košė T	2.1	200	8,706	5,195	29,211	191,590
Sviestas	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,520
Trintų uogų pad. su bananais	4.18.6	35	0,383	0,161	5,790	22,960
*Kakava su pienu (sald.)	6.7.1	200	3,610	2,713	11,338	82,850
Sausučiai	14.2	10	1,100	0,180	6,530	31,400
Iš viso:			13,855	14,857	52,933	388,320

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
1)*Trinta bulvių-morkų ir raudonųjų lęšių srb. TA	1.4.6	150	3,577	4,321	18,570	126,691
1) Skrebučiai TA	13.3	8	1,310	2,850	7,740	39,800
ARBA 2)*Pupelių srb. TA	1.12	150	4,178	2,298	17,126	95,880
2) Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Žuvies maltinukas T	3.6.3	80	17,317	9,732	8,118	188,091
Virtos bulvės TA	11.4	80	1,620	0,081	14,823	65,610
**Daržovės	12.4	30	0,540	0,090	2,010	8,820
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	50	0,833	4,063	0,784	47,266
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
*Vaisiai	12.5.1	120	0,864	0,336	16,440	66,000
Iš viso (1):			26,061	21,893	68,490	542,294
Iš viso (2):			27,662	17,020	75,056	537,083

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su sviesto ir grietinės pad. T	8.4	200/20	8,458	12,085	57,302	378,810
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			9,358	12,235	60,652	393,510

Naktiepiečiai 19 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kr. košė TA	2.11.1	200	4,680	0,630	31,950	156,150
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			4,68	0,63	31,95	156,15
Iš viso (dienos davinio) (1):			53,954	49,615	214,025	1480,274
Iš viso (dienos davinio) (2):			55,555	44,742	220,591	1475,063

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu

T - tausojantis

„**“ pirminybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

TA - tausojantis augalinis



3 savaitė
Penktadienis

Klaipėdos lopšelio-darželio
„Sakalėlis“
direktorė
Alma Balvičienė

16

Klaipėdos lopšelis-darželis „Sakalėlis“, 2024

Darželis, 4 maitinimai

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kr. košė T	2.13	200	6,595	3,355	39,460	207,650
Sviestas	4.1	8	0,056	6,608	0,064	59,520
Šviesi duona su sviestu	13.1.1	20/3	1,081	2,638	10,864	68,520
Morkų lazdelės / tarkuotos morkos	12.4.4	40	0,400	0,080	3,480	12,400
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
*Vaisiai	12.5.1	80	0,576	0,224	10,960	44,000
Iš viso:			8,708	12,905	64,828	392,09

Pietūs 12 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Žirnių srb. TA	1.10	150	3,675	3,228	15,699	100,12
Ruginė duona	13.1	30	2,310	0,420	15,750	65,400
Troškinta kalakutiena T	3.3.3	60/40	18,190	10,079	3,403	174,850
Virtos grikių kr. TA	11.2.2	80	5,040	1,240	27,720	139,600
**Daržovių sal. su neraf. al.	12.2	60	0,986	5,256	0,928	59,912
**Daržovės	12.4	20	0,360	0,060	1,340	5,880
Pagardintas stalo vanduo	6.1	200	0,000	0,000	0,005	0,016
Iš viso:			30,561	20,283	64,845	545,778

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės pudingas T	7.7	150	21,617	15,858	23,064	323,719
Jogurtas	4.5	20	1,150	0,690	0,786	14,110
Trintų uogų pad.	4.18	20	0,167	0,104	1,880	7,292
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			22,934	16,652	25,73	345,12

Naktiečiai 19 val.

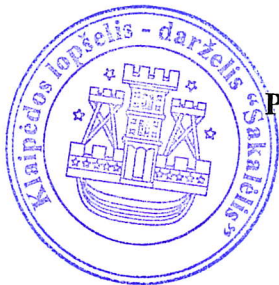
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Natūr. jogurtas	13.11	120	3,000	3,600	4,399	63,720
Sausučiai	14.2	30	3,300	0,540	19,590	94,200
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	200	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			6,3	4,14	23,989	157,920
Iš viso (dienos davinio):			68,503	53,98	179,392	1440,909

„*“ pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu

„**“ pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms

T - tausojantis

TA - tausojantis augalinis



Klaipėdos lopšelio-darželio

Penkiolikos dienų perspektyvinio valgiaraščio, 4 kartų maitinimo maistinė ir energinė vertė

Alma Balvičienė

	Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal
1 (1)	45,371	49,636	182,711	1434,142
1 (2)	46,543	48,300	186,124	1435,820
2	61,036	56,183	175,038	1427,481
3	63,26	61,071	169,066	1438,688
4	63,53	44,044	207,17	1445,31
5	60,197	50,749	199,433	1427,238
6	68,274	49,946	183,17	1444,972
7	57,455	58,019	189,895	1449,801
8	64,599	58,562	172,601	1427,712
9 (1)	49,549	57,318	189,225	1433,795
9 (2)	65,035	49,967	203,257	1457,651
10	69,968	51,738	181,552	1438,434
11	57,102	58,268	183,324	1436,352
12	70,728	59,745	163,61	1449,446
13	60,977	53,926	178,33	1429,873
14 (1)	53,954	49,615	214,025	1480,274
14 (2)	55,555	44,742	220,591	1475,063
15	68,503	53,98	179,392	1440,909
Vid.	60,09	53,10	187,70	1442,94
Norma su 5% nuokrypiu	36-79	40-61	161-236	1425-1575

Parengė mitybos specialistė Danielė Budrytė



Klaipėdos lopšelio-darželio
"Saulėlydis"
direktorė
Alma Balvičienė

Lopšelio darželis "Saulėlydis"			
Mėnuo: 2014 m. spalio			
№	Vardas	Pavardė	Amžius
1	Adas	Jonaitis	4;00
2	Alina	Jonaitė	4;00
3	Andrius	Jonaitis	4;00
4	Artūras	Jonaitis	4;00
5	Augustas	Jonaitis	4;00
6	Beniaminas	Jonaitis	4;00
7	Domas	Jonaitis	4;00
8	Edvardas	Jonaitis	4;00
9	Ernestas	Jonaitis	4;00
10	Florisas	Jonaitis	4;00
11	Gabrielius	Jonaitis	4;00
12	Ignas	Jonaitis	4;00
13	Jakobas	Jonaitis	4;00
14	Jonas	Jonaitis	4;00
15	Karolis	Jonaitis	4;00
16	Leonas	Jonaitis	4;00
17	Matas	Jonaitis	4;00
18	Mykolas	Jonaitis	4;00
19	Nikolas	Jonaitis	4;00
20	Oliveris	Jonaitis	4;00
21	Paulius	Jonaitis	4;00
22	Robertas	Jonaitis	4;00
23	Samuelis	Jonaitis	4;00
24	Stefanas	Jonaitis	4;00
25	Tomas	Jonaitis	4;00
26	Ugnius	Jonaitis	4;00
27	Viktoras	Jonaitis	4;00
28	Zilvinas	Jonaitis	4;00
29	Adas	Jonaitis	4;00
30	Alina	Jonaitė	4;00