

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

I savaitė
Pirmadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	12-12/2	200(160/40)	5,42	3,72	36,36	200,63
Ruginė duona su sviestu (82 % rieб.) ir fermentiniu sūriu (45 % rieб.)	21-30/1	30/5/20	6,90	9,71	13,79	170,13
Nesaldinta kmynų arbata	22-10/2	200	0,04	0,03	0,10	0,82
Iš viso:			12,36	13,46	50,25	371,58

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų lapelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-7/2	150	2,48	4,21	16,93	115,52
Grietinė (30 % rieб.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Viso grūdo batono skrebučiai (augalinis)	21-40/1	20	1,52	0,40	10,62	52,16
Garuose kepti vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	9-8/2	110	20,83	11,45	3,68	201,07
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	15-13/2	80	1,96	2,23	17,71	98,73
Morkų, šviežių agurkų, kalafiorų ir sultenių lapelių lėkštelė (augalinis)	16-27/3	35/35/35/5	1,36	0,05	6,78	32,96
Iš viso:			28,27	19,84	55,88	515,04

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mandarinai (augalinis)	21-14/1	80	0,80	0,00	7,20	32,00
Ekologiškas jogurtas (vaisinis) (3,1 % rieб.)	21-5/1	120	4,20	3,72	16,78	117,38
Iš viso:			5,00	3,72	23,98	149,38

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9 % rieб.) kukulaičiai (tausojantis)	6-1/2	140	23,95	12,53	30,25	329,56
Natūralus jogurtas (3,9 % rieб.)	21-1/3	30	1,32	1,17	1,41	21,45
Nesaldinta vaisinė arbata	22-9/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			25,27	13,70	31,66	351,01

Iš viso (dienos):			71	51	162	1387
--------------------------	--	--	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su citrina (Rec.Nr. 22-11/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

I savaitė
Antradienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	12-9/2	200	4,74	8,60	32,66	226,97
Šviežių morkų lazdelės (augalinis)	16-21/1	50	0,50	0,05	5,20	23,25
Ekologiškas pienas (2,5 % rieb.)	21-3/2	200	6,20	5,20	9,60	110,00
Iš viso:			11,44	13,85	47,46	360,22

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba pagardinta pastarnoko šaknimi (tausojantis) (augalinis)	1-12/2	150	1,64	5,11	13,30	105,73
Grietinė (30 % rieb.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Duona su grūdais (augalinis)	21-41/1	25	1,06	0,30	10,03	47,05
Troškintas kiaulienos-jautienos kukulis praturtintas kviečių sėlenomis (tausojantis)	11-4/2	90	19,62	6,52	3,97	153,07
Svogūnų-morkų padažas	17-1/1	15	0,38	2,53	2,62	34,72
Bulvių košė (tausojantis)	15-22/2	90	2,05	2,13	15,96	91,24
Raudonųjų kopūstų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	16-1/2	85	1,32	4,04	4,97	61,51
Iš viso:			26,19	22,13	51,01	507,92

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bananas (augalinis)	21-10/5	165	2,48	0,17	34,65	149,99
Iš viso:			2,48	0,17	34,65	149,99

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su špinatais ir ciberžole (tausojantis)	7-1/2	120	15,12	13,74	6,21	208,94
Konservuoti žalųjų žirnelių, salotų lapelių Iceberg ir raudonųjų saldžiųjų parikų lėkštelė (augalinis)	16-28/2	40/10/25	2,54	0,24	8,70	47,08
Duona su grūdais (augalinis)	21-41/2	40	1,70	0,48	16,04	75,28
Nesaldinta ramunėlių arbata	22-6/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			19,36	14,46	30,95	331,30

Iš viso (dienos):			59	51	164	1349
--------------------------	--	--	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su apelsiniais (Rec.Nr. 22-12/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

I savaitė
Trečiadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
5-ių grūdų dribsnių košė su šviežiomis šilauogėmis (tausojantis) (augalinis)	12-1/2	180/40	5,11	10,70	29,00	232,74
Varškės sūrelis su spanguolėmis (7,1 %rieb.)	21-9/1	50	6,35	3,55	7,90	88,95
Nesaldinta čiobrelių arbata	22-5/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,46	14,25	36,90	321,69

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	1-9/2	150	5,21	2,33	26,90	149,36
Grietinė (30 %rieb.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Virtų bulvių bandelės su kiaulienos įdaru (tausojantis)	11-9/2	150 (120/30)	11,54	13,68	32,78	300,35
Natūralus jogurtas (3,9 %rieb.)	21-1/2	25	1,10	0,98	1,18	17,88
Saldžiųjų paprikų, agurkų, brokolių, ir rukolos lapelių lėkštelė (augalinis)	16-29/2	30/30/30/ 8	1,45	0,17	4,61	25,70
Apelsinas (augalinis)	21-15/1	60	0,54	0,06	7,02	30,78
Iš viso:			19,96	18,72	72,65	538,67

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Plėšomos sūrio lazdelės "Pik-Nik" (40 %rieb.)	21-6/1	40	10,68	8,32	0,14	118,16
Kivi (augalinis)	21-12/1	50	0,50	0,30	6,95	32,50
Iš viso:			11,18	8,62	7,09	150,66

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miltiniai blynai su viso grūdo miltais	5-10/2	130	11,49	9,57	55,36	353,55
Trintų uogų padažas	17-10/1	20	0,31	0,25	3,12	15,93
Nesaldinta kmynų arbata	22-10/2	200	0,04	0,03	0,10	0,82
Iš viso:			11,84	9,85	58,58	370,30

Iš viso (dienos):			54	51	175	1381
--------------------------	--	--	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su mėtų lapeliais (Rec.Nr. 22-13/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

I savaitė
Ketvirtadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su džiovintais vaisiais (tausojantis) (augalinis)	12-7/2	200/9	4,84	9,53	30,85	228,57
Ekologiškas jogurtas (vaisinis) (3,1 %rieb.)	21-5/2	90	3,15	2,79	12,58	88,04
Iš viso:			7,99	12,32	43,43	316,61

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žirneliais (tausojantis) (augalinis)	1-14/2	150	2,34	2,11	17,61	98,73
Grietinė (30 %rieb.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Konvekciniėje krosnelėje kepti varškėčiai (tausojantis)	6-3/2	130	23,42	14,43	28,09	335,93
Trintos šaldytos uogos su graikišku jogurtu (2 %rieb.)	17-11/2	25	1,40	0,31	3,25	21,43
Šviežių morkų lazdelės (augalinis)	16-21/3	80	0,80	0,08	8,32	37,20
Iš viso:			28,08	18,43	57,43	507,89

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės kremas su kriaušėmis ir sūdyta karamėle (8,4 %rieb.)	21-8/2	95	5,51	7,98	14,06	150,10
Nesaldinta vaisinė arbata	22-9/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			5,51	7,98	14,06	150,10

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su troškinta vištiena ir daržovėmis (file) (tausojantis)	9-9/2	150 (95/40/20)	21,59	6,44	41,00	308,31
Pomidoras/agurkas (augalinis)	16-26/1	40/50	0,78	0,20	4,02	21,00
Vynuogės (be sėklų) (augalinis)	21-16/1	60	0,42	0,12	10,80	45,96
Nesaldinta erškėtožių vaisių arbata	22-8/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			22,79	6,76	55,82	375,27

Iš viso (dienos):			64	45	171	1350
--------------------------	--	--	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su spanguolėmis (Rec.Nr. 22-14/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

I savaitė
Penktadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių košė (tausojantis)	12-11/2	130	6,72	6,78	49,73	286,82
Varškė (9 %rieb.) su natūraliu jogurtu (3,9 %rieb.) ir uogomis	21-20/1	40(34/3/3)	5,88	3,18	2,16	60,75
Nesaldinta arbata su citrina	22-1/2	200	0,11	0,03	0,93	4,43
Obuolys (augalinis)	21-11/1	50	0,20	0,00	4,95	20,60
Iš viso:			12,91	9,99	57,77	372,60

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	1-26/2	150	1,70	3,83	7,40	70,84
Viso grūdo batono skrebučiai (augalinis)	21-40/1	20	1,52	0,40	10,62	52,16
Troškintas žuvies (lašišos) kukulis su avižinių dribsnių kruopomis ir avižų sėlenomis (tausojantis)	8-4/2	80	18,11	14,44	10,75	245,45
Kuskuso kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	15-12/2	80	1,15	2,46	7,13	55,26
Orkaitėje kepti burokėliai (augalinis) (tausojantis)	15-9/2	90	1,96	1,13	11,65	64,64
Iš viso:			24,44	22,26	47,55	488,35

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ekologiško kefyro (2,5%rieb.) gėrimas su bananais ir uogomis	22-20/2	150 (100/34/19)	3,70	2,53	17,31	106,79
Traputis (augalinis)	21-33/2	14	0,99	0,15	9,65	43,95
Iš viso:			4,69	2,68	26,96	150,74

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Konvekinėje krosnelėje keptos bulvės (augalinis) (tausojantis)	15-20/2	200	4,16	9,22	40,74	262,59
Morkų, šviežių agurkų, kalafiorų ir sultenių lapelių lėkštelė (augalinis)	16-27/2	30/30/30/3	1,15	0,04	5,79	28,10
Raugintos pasukos (0,7 %rieb.)	21-2/2	200	7,00	1,40	8,80	75,80
Iš viso:			12,31	10,66	55,33	366,49

Iš viso (dienos):	54	46	188	1378
--------------------------	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su šilaugėmis ir mėtų lapeliais (Rec.Nr. 22-15/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

II savaitė

Pirmadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė (tausojantis)	12-15/2	150	6,18	3,94	32,85	191,61
Šviežių morkų lazdelės (augalinis)	16-21/1	50	0,50	0,05	5,20	23,25
Grūdėta varškė (7% rie.)	21-7/2	90	10,80	6,30	2,43	109,62
Nesaldinta juodoji arbata	22-2/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,48	10,29	40,48	324,48

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	1-5/2	150	3,16	2,16	18,79	107,23
Grietinė (30 % rie.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Ruginė duona (augalinis)	21-34/1	25	1,60	0,48	11,08	54,98
Bulvių plokštainis su vištiena (file)	9-10/2	210(165/45)	16,94	8,16	42,08	309,51
Natūralus jogurtas (3,9 % rie.)	21-1/1	20	0,88	0,78	0,94	14,30
Saldžiųjų paprikų, agurkų, brokolių, ir rukolos lapelių lėkštelė (augalinis)	16-29/3	40/40/40/8	1,90	0,22	6,06	33,75
Iš viso:			24,60	13,30	79,11	534,37

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti obuoliai trapioje tešloje	21-21/2	65	2,37	7,59	18,08	150,08
Nesaldinta ramunėlių arbata	22-6/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			2,37	7,59	18,08	150,08

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su špinatais (tausojantis)	7-2/2	120	17,10	15,75	6,38	235,70
Duona su grūdais (augalinis)	21-41/1	25	1,06	0,30	10,03	47,05
Konservuoti žaliųjų žirnelių, salotų lapelių Iceberg ir raudonųjų saldžiųjų parikų lėkštelė (augalinis)	16-28/2	40/10/25	2,54	0,24	8,70	47,08
Mandarinai (augalinis)	21-14/1	80	0,80	0,00	7,20	32,00
Nesaldinta žalioji arbata	22-3/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			21,50	16,29	32,31	361,83

Iš viso (dienos):			66	47	170	1371
--------------------------	--	--	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su citrina (Rec.Nr. 22-11/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

II savaitė
Antradienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su bananais ir šilauogėmis (tausojantis)	12-16/2	200/35/13	7,25	4,76	37,51	221,92
Ruginė duona su sviestu (82 % rieб.), varškės sūriu (13 % rieб.) ir sultenių lapeliais	21-32/1	25/5/20/3	5,70	7,19	11,96	135,32
Nesaldinta čiobrelių arbata	22-5/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,95	11,95	49,47	357,24

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raudonųjų lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-6/2	150	5,00	2,44	18,04	114,14
Grietinė (30 % rieб.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Troškintas kiaušienos-daržovių maltinis (tausojantis)	11-5/2	80	15,56	9,04	2,93	155,34
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	15-10/2	85	4,32	2,72	26,64	148,32
Morkų ir kopūstų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	16-8/2	95	1,19	5,02	4,91	69,55
Obuolys (augalinis)	21-11/1	50	0,20	0,00	4,95	20,60
Iš viso:			26,39	20,72	57,63	522,55

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ekologiško pieno, bananų (2,5 % rieб.) ir braškių kokteilis	22-21/2	220 (104/61/56)	4,34	2,81	21,64	129,20
Traputis (augalinis)	21-33/1	7	0,50	0,08	4,82	21,97
Iš viso:			4,84	2,89	26,46	151,17

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su varškės (9 % rieб.) įdaru	5-11/2	125/75	22,00	11,64	42,12	361,28
Natūralus jogurtas (3,9 % rieб.)	21-1/1	20	0,88	0,78	0,94	14,30
Nesaldinta melisų arbata	22-7/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			22,88	12,42	43,06	375,58
Iš viso (dienos):			67	48	177	1407

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su apelsiniais (Rec.Nr. 22-12/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

II savaitė
Trečiadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (augalinis)	12-10/2	200	4,40	5,48	26,39	172,49
Varškė (9 % riebi.) su natūraliu jogurtu (3,9 % riebi.) ir uogomis	21-20/2	95(79/8/8)	13,70	7,42	5,02	141,69
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	22-8/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			18,10	12,90	31,41	314,18

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	1-8/2	150	2,67	5,40	20,26	140,25
Grietinė (30 % riebi.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Jautienos troškiny su daržovėmis ir moliūgais (tausojantis)	11-8/2	140 (85/65)	19,08	15,16	7,42	242,46
Virtos bulvės su šviežiais krapais (tausojantis) (augalinis)	15-21/1	80/2	1,71	0,09	16,57	73,90
Konservuotų žirnelių, raugintų agurkėlių, pomidorų ir rukolos lapelių lėkštelė (augalinis)	16-32/3	35/35/35/10	2,43	0,27	9,95	51,89
Iš viso:			26,01	22,42	54,36	523,10

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bananas (augalinis)	21-10/5	165	2,48	0,17	34,65	149,99
Iš viso:			2,48	0,17	34,65	149,99

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Aguoniniai sklindžiai	5-12/2	150	13,90	10,00	51,79	352,75
Trintų uogų padažas	17-10/1	20	0,31	0,25	3,12	15,93
Nesaldinta arbata su citrina	22-1/2	200	0,11	0,03	0,93	4,43
Iš viso:			14,32	10,28	55,84	373,11

Iš viso (dienos):			61	46	176	1360
--------------------------	--	--	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su mėtų lapeliais (Rec.Nr. 22-13/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

II savaitė
Ketvirtadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	12-17/2	200	2,98	2,35	29,94	152,83
Ekologiškas pienas (2,5 %rieb.)	21-3/2	200	6,20	5,20	9,60	110,00
Bananas (augalinis)	21-10/1	60	0,90	0,06	12,60	54,54
Iš viso:			10,08	7,61	52,14	317,37

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis)	1-25/2	150	2,26	3,83	6,77	70,54
Viso grūdo batono skrebučiai (augalinis)	21-40/1	20	1,52	0,40	10,62	52,16
Šilkiniai lašišos kukuliai sūrio padaže (tausojantis)	8-5/2	80(72/8)	14,00	14,88	6,35	215,28
Nešlifotų ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	15-11/2	70	2,10	1,30	21,42	105,78
Pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	16-2/2	100	1,01	2,39	5,94	49,25
Iš viso:			20,89	22,80	51,10	493,01

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Plėšomos sūrio lazdelės "Pik-Nik" (40 %rieb.)	21-6/1	40	10,68	8,32	0,14	118,16
Kivi (augalinis)	21-12/1	50	0,50	0,30	6,95	32,50
Iš viso:			11,18	8,62	7,09	150,66

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti bulvių ir varškės paplotėliai (tausojantis)	4-5/2	150 (95/55)	14,91	6,84	39,76	280,22
Natūralus jogurtas (3,9 %rieb.)	21-1/3	30	1,32	1,17	1,41	21,45
Morkų, šviežių agurkų, kalafiorų ir sultenių lapelių lėkštelė (augalinis)	16-27/1	25/25/25/ 3	0,97	0,03	4,83	23,48
Nesaldinta ramunėlių arbata	22-6/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,20	8,04	46,00	325,15

Iš viso (dienos):			59	47	156	1286
--------------------------	--	--	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su spanguolėmis (Rec.Nr. 22-14/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

II savaitė
Penktadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	12-2/2	120/35	4,51	4,56	31,97	187,00
Varškės sūrelis su spanguolėmis (7,1 %rieb.)	21-9/2	100	12,70	7,10	15,80	177,90
Nesaldinta ramunėlių arbata	22-6/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,21	11,66	47,77	364,90

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba pagardinta salierais (tausojantis) (augalinis)	1-16/2	150	1,66	5,07	11,48	98,18
Grietinė (30 %rieb.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Kukurūzinis varškės (9 %rieb.) pudingas su uogomis (tausojantis)	6-4/2	150 (130/20)	18,35	20,31	20,97	340,07
Natūralus jogurtas (3,9 %rieb.)	21-1/3	30	1,32	1,17	1,41	21,45
Saldžiųjų paprikų, morkų, kalafiorų ir salotų lapelių lėkštelė (augalinis)	16-31/2	30/30/30/ 7	1,25	0,10	7,15	34,57
Iš viso:			22,70	28,15	41,17	508,87

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mandarinai (augalinis)	21-14/1	80	0,80	0,00	7,20	32,00
Ekologiškas jogurtas (vaisinis) (3,1 %rieb.)	21-5/1	120	4,20	3,72	16,78	117,38
Iš viso:			5,00	3,72	23,98	149,38

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su daržovėmis (porais, cukinijomis, morkomis) ir dešrelėmis (tausojantis)	5-3/2	190(90/100)	7,19	11,90	27,37	245,34
Pasukų (0,7 %rieb.) kokteilis su bananais ir vyšniomis	22-22/2	200 (124/20/45)	5,77	1,74	21,24	123,67
Iš viso:			12,96	13,64	48,61	369,01

Iš viso (dienos):	58	57	162	1392
--------------------------	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su šilaugėmis ir mėtų lapeliais (Rec.Nr. 22-15/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

III savaitė
Pirmadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas saldus Basmati ryžių pudingas (tausojantis)	12-18/2	200	10,43	5,89	53,78	309,80
Varškė (9 %rieb.) su natūraliu jogurtu (3,9 %rieb.) ir uogomis	21-20/1	40(34/3/3)	5,88	3,18	2,16	60,75
Nesaldinta čiobrelų arbata	22-5/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,31	9,07	55,94	370,55

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais ir pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	1-4/2	150	4,51	2,21	23,56	132,14
Grietinė (30 %rieb.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Duona su grūdais (augalinis)	21-41/1	25	1,06	0,30	10,03	47,05
Jautienos sprandinės kukuliai (tausojantis)	11-10/2	80	12,65	9,48	7,85	167,26
Bulvių košė (tausojantis)	15-22/2	90	2,05	2,13	15,96	91,24
Morkų, šviežių agurkų, kalafiorų ir sultenių lapelių lėkštelė (augalinis)	16-27/2	30/30/30/3	1,15	0,04	5,79	28,10
Iš viso:			21,54	15,66	63,35	480,39

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės kremas su kriaušėmis ir sūdyta karamėle (8,4 %rieb.)	21-8/2	95	5,51	7,98	14,06	150,10
Nesaldinta mėtų arbata	22-4/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			5,51	7,98	14,06	150,10

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai bananiniai blynėliai	5-13/2	130	9,22	12,18	42,87	317,97
Natūralus jogurtas (3,9 %rieb.)	21-1/3	30	1,32	1,17	1,41	21,45
Kivi (augalinis)	21-12/1	50	0,50	0,30	6,95	32,50
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	22-8/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,04	13,65	51,23	371,92

Iš viso (dienos):	54	46	185	1373
--------------------------	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su citrina (Rec.Nr. 22-11/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

III savaitė
Antradienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (augalinis)	12-10/2	200	4,40	5,48	26,39	172,49
Ruginė duona su sviestu (82 % rieb.), varškės sūriu (13 % rieb.) ir sultenių lapeliais	21-32/1	25/5/20/3	5,70	7,19	11,96	135,32
Nesaldinta melisų arbata	22-7/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,10	12,67	38,35	307,81

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta cukinijų, porų ir pomidorų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-27/2	150	1,69	6,40	6,78	91,48
Viso grūdo batono skrebučiai (augalinis)	21-40/1	20	1,52	0,40	10,62	52,16
Nešlifuoatų ryžių plovai su kiauliena (tausojantis)	11-11/2	230 (195/35)	10,63	17,09	28,06	308,59
Konservuotų žirnelių, raugintų agurkėlių, pomidorų ir rukolos lapelių lėkštelė (augalinis)	16-32/3	35/35/35/ 10	2,43	0,27	9,95	51,89
Iš viso:			16,27	24,16	55,41	504,12

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Plėšomos sūrio lazdelės "Pik-Nik" (40 % rieb.)	21-6/1	40	10,68	8,32	0,14	118,16
Kivi (augalinis)	21-12/1	50	0,50	0,30	6,95	32,50
Iš viso:			11,18	8,62	7,09	150,66

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkeitėje kepti pikantiški bulvinukai	4-6/2	150	11,37	9,29	22,00	217,10
Natūralus jogurtas (3,9 % rieb.)	21-1/3	30	1,32	1,17	1,41	21,45
Raugintos pasukos (0,7 % rieb.)	21-2/2	200	7,00	1,40	8,80	75,80
Obuolys (augalinis)	21-11/4	100	0,40	0,00	9,90	41,20
Iš viso:			20,09	11,86	42,11	355,55

Iš viso (dienos):			58	57	143	1318
--------------------------	--	--	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su citrina (Rec.Nr. 22-11/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

III savaitė
Trečiadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	12-3/2	150/30	4,11	8,48	29,81	212,04
Saldžiųjų paprikų, agurkų, brokolių, ir rukolos lapelių lėkštelė (augalinis)	16-29/1	25/25/25/7	1,21	0,14	3,85	21,48
Varškės sūrelis su spanguolėmis (7,1 %rieb.)	21-9/1	50	6,35	3,55	7,90	88,95
Nesaldinta arbata su citrina	22-1/2	200	0,11	0,03	0,93	4,43
Iš viso:			11,78	12,20	42,49	326,90

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-2/2	150	1,47	5,21	12,79	103,95
Grietinė (30 %rieb.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Tradicinis varškės (9 %rieb.) apkepas (tausojantis)	6-5/2	150	22,48	17,07	20,28	324,66
Trintos šaldytos uogos su graikišku jogurtu (2 %rieb.)	17-11/2	25	1,40	0,31	3,25	21,43
Šviežių morkų lazdelės (augalinis)	16-21/4	90	0,90	0,09	9,36	41,85
Iš viso:			26,37	24,18	45,84	506,49

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bananas (augalinis)	21-10/5	165	2,48	0,17	34,65	149,99
Iš viso:			2,48	0,17	34,65	149,99

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	7-5/2	150	14,72	13,95	8,29	217,55
Pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	16-2/1	75	0,75	1,29	4,43	32,37
Ruginė duona (augalinis)	21-34/2	40	2,56	0,76	17,72	87,96
Nesaldinta ramunėlių arbata	22-6/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			18,03	16,00	30,44	337,88

Iš viso (dienos):			59	53	153	1321
--------------------------	--	--	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su mėtų lapeliais (Rec.Nr. 22-13/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

III savaitė

Ketvirtadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su šilauogėmis (tausojantis)	12-20/2	200/40	6,93	6,45	33,29	218,92
Grūdėta varškė (7% rieš.)	21-7/2	90	10,80	6,30	2,43	109,62
Mandarinai (augalinis)	21-14/1	80	0,80	0,00	7,20	32,00
Nesaldinta kmynų arbata	22-10/2	200	0,04	0,03	0,10	0,82
Iš viso:			18,57	12,78	43,02	361,36

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	1-1/2	150	3,34	6,34	27,09	178,77
Grietinė (30 % rieš.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Vištienos "Netikras zuikis" (tausojantis)	9-11/2	80	13,28	7,11	3,87	132,59
Nešlifuoatų ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	15-11/2	70	2,10	1,30	21,42	105,78
Konservuoti žaliųjų žirnelių, salotų lapelių Iceberg ir raudonųjų saldžiųjų parikų lėkštelė (augalinis)	16-28/2	40/10/25	2,54	0,24	8,70	47,08
Iš viso:			21,38	16,49	61,24	478,82

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ekologiško pieno, bananų (2,5 % rieš.) ir braškių kokteilis	22-21/2	220 (104/61/56)	4,34	2,81	21,64	129,20
Traputis (augalinis)	21-33/1	7	0,50	0,08	4,82	21,97
Iš viso:			4,84	2,89	26,46	151,17

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėtukai su viso grūdo miltaiš (tausojantis)	6-2/2	140	19,53	8,78	43,88	332,64
Trintos šaldytos uogos su graikišku jogurtu (2 % rieš.)	17-11/2	25	1,40	0,31	3,25	21,43
Nesaldinta vaisinė arbata	22-9/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			20,93	9,09	47,13	354,07

Iš viso (dienos):			66	41	178	1345
--------------------------	--	--	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su spanguolėmis (Rec.Nr. 22-14/1)

Marijampolės vaikų lopšelis-darželis

Tvirtinu:

III savaitė

Penktadienis

4-7 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pusryčiai 8.25-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	12-17/2	200	2,98	2,35	29,94	152,83
Ekologiškas pienas (2,5 %rieb.)	21-3/2	200	6,20	5,20	9,60	110,00
Plėšomos sūrio lazdelės "Pik-Nik" (40 %rieb.)	21-6/2	20	5,34	4,16	0,07	59,08
Iš viso:			14,52	11,71	39,61	321,91

Pietūs 11.40-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Brokolių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-17/2	150	2,12	4,17	12,36	95,43
Grietinė (30 %rieb.)	17-14/1	5	0,12	1,50	0,16	14,60
Viso grūdo batono skrebučiai (augalinis)	21-40/1	20	1,52	0,40	10,62	52,16
Jūros lydekos maltinukai su sūrio ir žirnelių padažu (tausojantis)	8-6/2	150(75/75)	16,02	17,48	8,04	253,62
Kuskuso kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	15-12/2	80	1,15	2,46	7,13	55,26
Morkų, šviežių agurkų, kalafiorų ir sultenių lapelių lėkštelė (augalinis)	16-27/4	40/40/40/5	1,55	0,05	7,74	37,59
Obuolys (augalinis)	21-11/1	50	0,20	0,00	4,95	20,60
Iš viso:			22,68	26,06	51,00	529,26

Pavakariai 14.35-14.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė (9 %rieb.) su natūraliu jogurtu (3,9 %rieb.) ir šilauogėmis	21-20/4	120(53/57/40)	10,47	5,96	8,39	129,05
Traputis (augalinis)	21-33/1	7	0,50	0,08	4,82	21,97
Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata	22-8/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,97	6,04	13,21	151,02

Vakarienė 16.30-16.40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su sviestu ir fermentiniu sūriu (tausojantis)	5-1/1	180/6/13	11,87	9,95	53,63	351,57
Paprikų lazdelės ir sultenių lapeliai (augalinis)	16-25/2	30/5	0,37	0,08	2,19	10,96
Nesaldinta juodoji arbata	22-2/2	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			12,24	10,03	55,82	362,53

Iš viso (dienos):	60	54	160	1365
--------------------------	-----------	-----------	------------	-------------

*11 val. vaikams pateikiamas vanduo su šilauogėmis ir mėtų lapeliais (Rec.Nr. 22-15/1)