Patvirtino:

Patvirtinta: 2025.12.11
Pradėtas taikyti: 2025.12.15

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

Kauno lopšelis darželis „Rasytė”

Rasytės g. 5, Kaunas

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programas vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1 - 3 METŲ

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.00 iki 19.00 val.

Patvirtino:

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška penkių kruopų (kviečių, rugių, miežių, grikių, avižų) košė su sviestu 82 proc. rieb. ir saulėgrąžomis (tausojantis)	28279	143/5/2	5,35	7,45	23,25	181,47
Varškės sūris 22 proc. rieb.	1520	20	4,7	4,4	0,32	59,68
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	58542	100	0,4	0	9,9	41,2
Žalia arbata be cukraus	3239	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**10,45**	**11,85**	**33,47**	**282,35**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų sriuba su morkomis (tausojantis) (augalinis)	58455	100	1,7	1,48	13,42	73,82
Pilno grūdo ruginė duona	15764	25	1,53	0,25	11,4	53,95
Orkaitėje kepti kiaulienos kumpio kukuliai (tausojantis)	4536	80	17,26	9,24	9,87	191,68
Virti grikiai (augalinis) (tausojantis)	19972	80	3,28	0,81	18,02	92,43
Agurkai ir pomidorai	12680	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Stalo vanduo su citrina	3190	100	0,07	0,02	0,59	2,79
Iš viso maitinimui:			**24,69**	**12**	**57,6**	**437,07**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)	17614	120	15,09	7,48	23,87	223,19
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	243	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Trintos šaldytos avietės	20390	10	0,12	0,06	4,27	18,08
Vaisinė arbata be cukraus	3326	150	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			**15,95**	**8,14**	**29,16**	**253,74**
Iš viso dienai:			**51,09**	**31,99**	**120,23**	**973,16**

Patvirtino:



TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**	**Patiekalo ar gaminio maistinė vertė**			
			Baltymai	**Riebalai**	**Angliavandeniai**	**Kilokalorijos (Kcal.)**
Pieniška avižinių kruopų košė su trintomis braškėmis (tausojantis)	20392	140/10	4,96	3,08	24,27	144,62
Sumuštinis su lydytu tepamu sūreliu 50 proc. rieb.	20542	27/13	3,41	3,51	15,25	106,2
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	6112	80	0,56	0,16	14,4	61,28
Vaisinė arbata be cukraus	3326	150	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			**8,93**	**6,75**	**53,92**	**312,13**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**	**Patiekalo ar gaminio maistinė vertė**			
			Baltymai	**Riebalai**	**Angliavandeniai**	**Kilokalorijos (Kcal.)**
Daržovių (kopūstų, žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų, bulvių, morkų) sriuba (tausojantis) (augalinis)	93086	100	1,31	1,02	6,18	39,1
Bulvių plokštainis su kalakutienos filė	23471	100/40	15,25	5,3	26,29	213,89
Grietinė 30 proc. rieb.	26885	30	0,78	9	0,81	87,36
Morkų lazdelės	2668	120	1,2	0,12	12,48	55,8
Agurkai	24353	60	0,42	0	1,68	8,4
Stalo vanduo su kriaušėmis	3216	100	0,02	0,03	1,14	4,92
Iš viso maitinimui:			**18,98**	**15,47**	**48,58**	**409,47**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**	**Patiekalo ar gaminio maistinė vertė**			
			Baltymai	**Riebalai**	**Angliavandeniai**	**Kilokalorijos (Kcal.)**
Makaronai su fermentiniu sūriu 45 proc. rieb. (tausojantis)	22848	80/9	7,45	4,18	23,33	160,71
Agurkai	24353	60	0,42	0	1,68	8,4
Sumuštinis su sviestu 82 proc. rieb. ir a.r. virta dešra	20439	27/4/18	4,16	7,68	14,99	145,73
Žalia arbata be cukraus	3239	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**12,03**	**11,86**	**40**	**314,84**
Iš viso dienai:			**39,94**	**34,08**	**142,5**	**1036,44**

Patvirtino:

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis „Rasytė" KAUNAS

TVIRTINU Direktorė Rita Vaškelienė

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir trintomis braškėmis (tausojantis)	38454	132/3/15	4,21	4,22	23,72	149,67
Sezoniniai vaisiai (bananai)	1506	100	1	0,4	23,4	101,2
Liofilizuotos mėlynės	19450	10	0,4	0,4	4,2	22
Juoda arbata be cukraus	3219	100	0	0	0	0,04
Iš viso maitinimui:			**5,61**	**5,02**	**51,32**	**272,91**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba su skrebučiais (augalinis) (tausojantis)	93087	140/15	3,32	2,39	25,06	135,01
Plikytų ryžių plovas su vištienos šlaunelių/kumpelių mėsa (tausojantis)	46310	100/60	16,98	7,22	34,4	270,52
Agurkai ir pomidorai	12680	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Konservuoti agurkai	4367	60	0,48	0,12	1,65	9,6
Stalo vanduo su obuoliais	23681	100	0,02	0	0,5	2,06
Iš viso maitinimui:			**21,65**	**9,93**	**65,91**	**439,59**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai	22677	110	8,04	10,18	33,7	258,57
Grietinė 10 proc. rieb.	26796	20	0,58	3	0,58	31,64
Trintos šaldytos braškės	1693	15	0,11	0,06	4,79	20,12
Vaisinė arbata be cukraus	3326	150	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			**8,73**	**13,24**	**39,07**	**310,36**
Iš viso dienai:			**35,99**	**28,19**	**156,3**	**1022,86**

Patvirtino:

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti kiaušiniai (tausojantis)	526	60	7,62	6,54	0,54	91,5
Agurkinis jogurto 3 proc. rieb. ir žalumynų (krapai, petražolės) padažas	31070	35	1,13	2,51	1,97	34,99
Žalieji žirneliai	15446	40	1,76	0,12	5	28,12
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu 82 proc. rieb.	15310	20/3	1,24	2,66	9,14	65,46
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)	830	120	0,36	0,36	14,52	62,76
Žalia arbata be cukraus	3239	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**12,11**	**12,19**	**31,17**	**282,83**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	93089	100	0,95	1,04	7,42	42,85
Pilno grūdo ruginė duona	2404	20	1,16	0,19	8,66	41
Jūrinių lydekų filė kotletai (tausojantis)	13310	90	15,79	7,49	6,12	155,01
Bulvių košė (tausojantis)	44633	100	2,6	3,3	18,57	114,35
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	64560	50	1,23	3,27	2,93	46,09
Agurkai ir paprika	1014	25/25	0,4	0,05	2,38	11,55
Stalo vanduo su apelsinu	3241	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			**22,18**	**15,35**	**46,67**	**413,42**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės 9 proc. rieb. apkepas (tausojantis)	26362	115	18,33	13,04	19,93	270,42
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	243	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Trintos šaldytos braškės	1693	15	0,11	0,06	4,79	20,12
Juoda arbata be cukraus	3219	100	0	0	0	0,04
Iš viso maitinimui:			**19,18**	**13,7**	**25,74**	**303,02**
Iš viso dienai:			**53,47**	**41,24**	**103,58**	**999,27**

Patvirtino:

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	20397	145/5	4,31	5,15	23,6	158,03
Sumuštinis su sviestu 82 proc. rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieb.	20442	28/5/13	5,48	8,02	15,28	155,2
Juoda arbata be cukraus	3219	100	0	0	0	0,04
Iš viso maitinimui:			**9,79**	**13,17**	**38,88**	**313,27**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	93090	150	2,68	3,18	10,33	80,64
Pilno grūdo ruginė duona	2398	15	0,92	0,15	6,84	32,37
Kapotos kalakutienos file kepsneliai	32831	90	14,68	6,69	6,55	145,15
Virti basmati ryžiai (augalinis) (tausojantis)	15084	100	2,01	0,84	24,39	113,16
Konservuoti agurkai	4367	60	0,48	0,12	1,65	9,6
Morkos ir ridikėliai	12682	50/50	1,04	0,09	6,62	31,37
Stalo vanduo su braškėmis	3251	100	0,04	0,02	0,27	1,4
Iš viso maitinimui:			**21,85**	**11,09**	**56,65**	**413,69**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	35182	190	4,72	2,94	43,66	219,95
Kefyras 2,5 proc. rieb.	3348	100	3,2	2,5	4	51,3
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)	2552	70	0,63	0,07	8,19	35,91
Iš viso maitinimui:			**8,55**	**5,51**	**55,85**	**307,16**
Iš viso dienai:			**40,19**	**29,77**	**151,38**	**1034,12**

Patvirtino:

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Rasytė"
KAUNAS

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir braškėmis (tausojantis)	3892	135/5/15	6,25	7,44	27,95	203,74
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	58542	100	0,4	0	9,9	41,2
Vaisių tyrelė	7089	95	0,66	0,48	15,08	67,25
Vaisinė arbata be cukraus	3326	150	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			**7,31**	**7,92**	**52,93**	**312,22**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba su morkomis (tausojantis) (augalinis)	5391	100	1,37	1,46	11,41	64,21
Pilno grūdo ruginė duona	2398	15	0,92	0,15	6,84	32,37
Orkaitėje keptas kiaulienos mentės ir ekologiškos jautienos kumpio maltinukas (tausojantis)	45842	65	18,05	10,14	2,2	172,31
Virti makaronai (tausojantis)	2402	80	5,13	0,98	22,74	120,34
Pomidorai ir agurkai	1046	45/45	0,77	0,18	3,87	20,16
Stalo vanduo su avietėmis	3285	100	0,05	0,03	0,58	2,76
Iš viso maitinimui:			**26,29**	**12,94**	**47,64**	**412,15**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai 9 proc. rieb.	26363	115	14,42	12,63	26,46	277,14
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	243	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Trintos šaldytos mėlynės	980	15	0,06	0,02	6,08	24,7
Žalia arbata be cukraus	3239	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**15,22**	**13,25**	**33,56**	**314,28**
Iš viso dienai:			**48,82**	**34,11**	**134,13**	**1038,65**

Patvirtino:

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis „Rasytė" KAUNAS

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**	**Patiekalo ar gaminio maistinė vertė**			
			Baltymai	**Riebalai**	**Angliavandeniai**	**Kilokalorijos (Kcal.)**
Omletas su fermentiniu 45 proc. rieb. sūriu (tausojantis)	6555	74/6	10,4	10,97	7,6	170,71
Ruginė duona su sėklomis	2501	20	1,73	0,78	8,82	49,19
Agurkai ir pomidorai	12680	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	6112	80	0,56	0,16	14,4	61,28
Žalia arbata be cukraus	3239	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**13,54**	**12,11**	**35,12**	**303,58**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**	**Patiekalo ar gaminio maistinė vertė**			
			Baltymai	**Riebalai**	**Angliavandeniai**	**Kilokalorijos (Kcal.)**
Žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	5356	100	1,9	1,5	6,96	48,99
Vištienos filė guliašas (tausojantis)	59556	110	18,75	7,67	6,82	171,3
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)(augalinis)	2468	100	3,5	0,17	32,16	144,16
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	64560	50	1,23	3,27	2,93	46,09
Pomidorai ir paprika	100871	30/30	0,57	0,18	3,75	18,9
Stalo vanduo su citrina	3190	100	0,07	0,02	0,59	2,79
Iš viso maitinimui:			**26,02**	**12,81**	**53,21**	**432,23**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**	**Patiekalo ar gaminio maistinė vertė**			
			Baltymai	**Riebalai**	**Angliavandeniai**	**Kilokalorijos (Kcal.)**
Virtos a.r. pieniškos dešrelės (tausojantis)	38636	60	7,8	10,8	1,8	135,6
Bulvių košė (tausojantis)	44633	100	2,6	3,3	18,57	114,35
Konservuoti agurkai	4367	60	0,48	0,12	1,65	9,6
Vaisinė arbata be cukraus	3326	150	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			**10,88**	**14,22**	**22,02**	**259,58**
Iš viso dienai:			**50,44**	**39,14**	**110,35**	**995,39**

Patvirtino:

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	20397	145/5	4,31	5,15	23,6	158,03
Sumuštinis su lydytu tepamu sūreliu 50 proc. rieb.	20542	27/13	3,41	3,51	15,25	106,2
Sezoniniai vaisiai (melionai)	52475	100	0,4	0	6,1	26
Juoda arbata be cukraus	3219	100	0	0	0	0,04
Iš viso maitinimui:			**8,12**	**8,66**	**44,95**	**290,27**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (kopūstų, žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų, bulvių, morkų) sriuba (tausojantis) (augalinis)	58929	100	1,34	1,02	6,24	39,53
Orkaitėje keptas kiaulienos kumpio maltinis (tausojantis)	45844	90	16,35	8,22	5,11	159,86
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	29625	95	2,91	0,38	23,13	107,59
Pekino kopūstų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	4239	50	0,61	3,31	2,27	41,37
Paprikos ir morkos	1057	25/25	0,48	0,08	4,28	19,68
Stalo vanduo su obuoliais	23681	100	0,02	0	0,5	2,06
Iš viso maitinimui:			**21,71**	**13,01**	**41,53**	**370,09**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės 9 proc. rieb. virtinukai (tausojantis)	12733	90	12,76	6,56	25,29	211,2
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	243	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Bandelė su cinamonu	7088	29	1,8	1,19	16,41	83,52
Vaisinė arbata be cukraus	3326	150	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			**15,3**	**8,35**	**42,72**	**307,19**
Iš viso dienai:			**45,13**	**30,02**	**129,2**	**967,55**

Patvirtino:

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Rasytė"
KAUNAS

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	44636	145/5	6,26	6,59	30,42	205,98
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	58542	100	0,4	0	9,9	41,2
Liofilizuotos avietės	19452	10	0,9	0,2	3,4	19
Žalia arbata be cukraus	3239	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**7,56**	**6,79**	**43,72**	**266,18**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių sriuba su šaldytais žirneliais (tausojantis) (augalinis)	5397	100	1,29	3,52	7,03	64,93
Orkaitėje kepta lašišos filė (tausojantis)	25426	80	14,74	10,11	0,58	152,31
Virti grikiai (augalinis) (tausojantis)	19972	80	3,28	0,81	18,02	92,43
Šviežių daržovių (paprikų, agurkų, pomidorų, svogūnų) salotos	1E+05	100	0,99	4,76	6,66	73,48
Stalo vanduo su apelsinu	3241	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			**20,35**	**19,21**	**32,88**	**385,72**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blyneliai su obuoliais	27101	120	7,93	10,2	41,33	288,87
Trintos šaldytos braškės	1693	15	0,11	0,06	4,79	20,12
Kmynų arbata be cukraus	3315	100	0,06	0,04	0,15	1,23
Iš viso maitinimui:			**8,1**	**10,3**	**46,27**	**310,22**
Iš viso dienai:			**36,01**	**36,3**	**122,87**	**962,12**

Patvirtino:
TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Rasytė" KAUNAS

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška ilgagrūdžių ryžių košė su sviestu 82 proc. rieb. ir trintomis braškėmis (tausojantis)	20399	135/5/10	5,28	6,41	35,27	219,89
Sezoniniai vaisiai (melionai)	52475	100	0,4	0	6,1	26
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	9803	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Juoda arbata be cukraus	3219	100	0	0	0	0,04
Iš viso maitinimui:			**11,02**	**10,57**	**41,45**	**305,05**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)(augalinis)	42524	150	3,66	3,25	13,76	98,96
Orkaitėje kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	59558	90	21,67	8,99	0,56	169,84
Bulvių košė (tausojantis)	44633	100	2,6	3,3	18,57	114,35
Šviežių agurkų salotos su krapais	100883	80	0,6	3,29	2,35	41,35
Paprika	27910	30	0,27	0,06	2,01	9,66
Stalo vanduo su agurku	3333	100	0,04	0	0,14	0,7
Iš viso maitinimui:			**28,84**	**18,89**	**37,39**	**434,86**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	80212	200	4,61	6,61	23,45	171,69
Ruginė duona su sėklomis ir sviestu 82 proc. rieb.	1253	20/3	1,84	3,28	9,3	74,08
Žalia arbata be cukraus	3239	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**6,45**	**9,89**	**32,75**	**245,77**
Iš viso dienai:			**46,31**	**39,35**	**111,59**	**985,68**

Patvirtino:

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Rasytė" KAUNAS

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir trintomis mėlynėmis (tausojantis)	34034	160/5/15	4,56	6,53	28,73	191,95
Varškės sūrelis be glaisto 9 proc. rieb.	7090	50	7,35	3,95	7,4	94,55
Sezoniniai vaisiai (melionai)	52475	100	0,4	0	6,1	26
Vaisinė arbata be cukraus	3326	150	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			**12,31**	**10,48**	**42,23**	**312,53**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)(augalinis)	5453	100	1,18	1,01	9,95	53,57
Orkaitėje keptas vištienos (šlaunelių, krūtinėlės file) maltinukas (tausojantis)	23046	80	16,34	8,03	3,29	150,79
Virti basmati ryžiai (augalinis) (tausojantis)	15084	100	2,01	0,84	24,39	113,16
Morkų salotos su alyvuogių aliejumi	4354	40	0,5	1,87	5,11	39,28
Agurkai ir pomidorai	12680	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Stalo vanduo su braškėmis	3251	100	0,04	0,02	0,27	1,4
Iš viso maitinimui:			**20,92**	**11,97**	**47,31**	**380,6**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)	17614	120	15,09	7,48	23,87	223,19
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	243	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Trintos šaldytos vyšnios	271	10	0,09	0,04	4,97	20,6
Sezoniniai vaisiai (mandarinai)	78052	100	0,6	0,1	11,1	47,7
Juoda arbata be cukraus	3219	100	0	0	0	0,04
Iš viso maitinimui:			**16,52**	**8,22**	**40,96**	**303,97**
Iš viso dienai:			**49,75**	**30,67**	**130,5**	**997,1**

Patvirtino:

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė
Rita Vaškelienė

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Ramunė"

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir trintomis mėlynėmis (tausojantis)	20410	135/5/10	5,66	5,51	37,33	221,61
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	6112	80	0,56	0,16	14,4	61,28
Liofilizuotos braškės	54561	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Vaisinė arbata be cukraus	3326	150	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			**6,98**	**6,04**	**56,79**	**309,53**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Rūgštynių sriuba (tausojantis)(augalinis)	5465	100	0,72	0,94	5,63	33,87
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpiu ir mente (tausojantis)	27495	110/70	16,91	10,36	33,29	294,06
Grietinė 30 proc. rieb.	26885	30	0,78	9	0,81	87,36
Konservuoti agurkai	4367	60	0,48	0,12	1,65	9,6
Agurkai ir paprika	1014	25/25	0,4	0,05	2,38	11,55
Stalo vanduo su citrina	3190	100	0,07	0,02	0,59	2,79
Iš viso maitinimui:			**19,36**	**20,49**	**44,35**	**439,23**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtos a.r. pieniškos dešrelės (tausojantis)	38636	60	7,8	10,8	1,8	135,6
Virti makaronai (tausojantis)	2402	80	5,13	0,98	22,74	120,34
Agurkai ir pomidorai	12680	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Žalia arbata be cukraus	3239	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**13,78**	**11,98**	**28,84**	**278,34**
Iš viso dienai:			**40,12**	**38,51**	**129,98**	**1027,1**

Patvirtino:
TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis "Rasytė"

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir trintomis braškėmis (tausojantis)	38454	132/3/15	4,21	4,22	23,72	149,67
Sumuštinis su lydytu tepamu sūreliu 50 proc. rieb.	20542	27/13	3,41	3,51	15,25	106,2
Sezoniniai vaisiai (melionai)	52475	100	0,4	0	6,1	26
Juoda arbata be cukraus	3219	100	0	0	0	0,04
			8,02	**7,73**	**45,07**	**281,91**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių ir miežinių kruopų sriuba (tausojantis)(augalinis)	43254	100	3,82	1,53	12,43	78,75
Jautienos kumpio befstrogenas su morkomis (tausojantis)	45847	110/10	15,24	10,13	6,56	178,36
Virtos bulvės (augalinis)(tausojantis)	2502	100	2,06	0,1	20,29	90,33
Šviežių daržovių (paprikų, agurkų, pomidorų, svogūnų) salotos	100872	100	0,99	4,76	6,66	73,48
Stalo vanduo su vynuogėmis	3360	100	0,04	0,01	0,9	3,83
Iš viso maitinimui:			**22,15**	**16,53**	**46,84**	**424,75**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Spelta ir kvietinių miltų lietiniai blynai su varške 9 proc. rieb.	1737	60/40	13,07	7,08	25	216,05
Trintos šaldytos braškės	1693	15	0,11	0,06	4,79	20,12
Ekologiškas pienas 2,5 proc. rieb.	17581	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso maitinimui:			**15,98**	**9,64**	**34,49**	**288,67**
Iš viso dienai:			**46,15**	**33,9**	**126,4**	**995,33**

Patvirtino:
TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis „Rasytė" KAUNAS

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kiaušinienė (tausojantis)	5740	80	9,53	9,21	2,12	129,5
Agurkai	24353	60	0,42	0	1,68	8,4
Pilno grūdo ruginė duona	2398	15	0,92	0,15	6,84	32,37
Sezoniniai vaisiai (bananai)	1506	100	1	0,4	23,4	101,2
Kmynų arbata be cukraus	3315	100	0,06	0,04	0,15	1,23
Iš viso maitinimui:			**11,93**	**9,8**	**34,19**	**272,7**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	93103	100	1,77	1,47	9,27	57,39
Pilno grūdo ruginė duona	2398	15	0,92	0,15	6,84	32,37
Ekologiškos vištienos filė kotletai (tausojantis)	59561	70	15,2	6	11,76	161,81
Virti grikiai (augalinis) (tausojantis)	19972	80	3,28	0,81	18,02	92,43
Agurkai ir pomidorai	12680	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Stalo vanduo su kriaušėmis	3216	100	0,02	0,03	1,14	4,92
Iš viso maitinimui:			**22,04**	**8,66**	**51,33**	**371,32**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės 9 proc. rieb. apkepas (tausojantis)	26362	115	18,33	13,04	19,93	270,42
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	243	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Trintos šaldytos vyšnios	271	10	0,09	0,04	4,97	20,6
Čiobrelių arbata be cukraus	3233	100	0,03	0,02	0,19	1,08
Iš viso maitinimui:			**19,19**	**13,7**	**26,11**	**304,54**
Iš viso dienai:			**53,16**	**32,16**	**111,63**	**948,56**

Patvirtino:

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis „Rasytė" KAUNAS

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška grikių kruopų košė (tausojantis)	38704	150	6,4	3,02	27,13	161,31
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu 82 proc. rieb.	15310	20/3	1,24	2,66	9,14	65,46
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)	2552	70	0,63	0,07	8,19	35,91
Čiobrelių arbata be cukraus	3233	100	0,03	0,02	0,19	1,08
Iš viso maitinimui:			**8,3**	**5,77**	**44,65**	**263,76**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (tausojantis)(augalinis)	58932	100	2,8	1,51	10,59	67,15
Orkaitėje kepta lašišos filė (tausojantis)	25426	80	14,74	10,11	0,58	152,31
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)(augalinis)	2468	100	3,5	0,17	32,16	144,16
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais ir alyvuogių aliejumi	87475	80	2,04	2,35	3,49	43,28
Agurkai ir paprika	1014	25/25	0,4	0,05	2,38	11,55
Stalo vanduo su apelsinu	3241	100	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			**23,53**	**14,2**	**49,79**	**421,02**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta ekologiška varškė 9 proc. rieb. su braškėmis	23008	128/15	16,41	12,42	11,56	223,65
Bandelė su cinamonu	7088	29	1,8	1,19	16,41	83,52
Vaisinė arbata be cukraus	3326	150	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			**18,21**	**13,61**	**27,97**	**307,2**
Iš viso dienai:			**50,04**	**33,58**	**122,41**	**991,98**