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

6-7 metų priešmokyklinukai (nemokamas maitinims)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.00 iki 19.00 val.

Patvirtino:
TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Rasytė"
KAUNAS

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)	3784	193/2/3	7,9	6,45	35,55	231,87
Varškės sūris 22 proc. rieb.	1521	30	7,05	6,6	0,48	89,52
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	58547	100	0,4	0	9,9	41,2
Žalia arbata be cukraus	3240	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**15,35**	**13,05**	**45,93**	**362,59**

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)	58456	150	2,04	2,52	16,08	95,13
Pilno grūdo ruginė duona	2405	30	1,83	0,3	13,68	64,74
Orkaitėje kepti kiaulienos kumpio kukuliai (tausojantis)	45817	90	20,64	12,16	5,34	213,38
Virti grikiai (augalinis) (tausojantis)	19973	90	3,65	0,9	20,1	103,1
Agurkai ir pomidorai	2647	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Stalo vanduo su citrina	3191	150	0,1	0,02	0,89	4,19
Iš viso maitinimui:			**29,11**	**16,1**	**60,39**	**502,94**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Desertinis jogurtas 3 proc. rieb.	3081	125	6,5	1,88	7,88	74,38
Grikių traputis	28511	25	2,63	0,73	16,48	82,93
Iš viso maitinimui:			**9,13**	**2,61**	**24,36**	**157,31**

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)	17615	150	18,98	9,39	30,41	282,04
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	244	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Trintos šaldytos avietės	11071	15	0,18	0,09	6,9	29,11
Vaisinė arbata be cukraus	3327	150	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso maitinimui:			**19,91**	**10,09**	**38,34**	**323,71**
Iš viso dienai:			**73,5**	**41,85**	**169,02**	**1346,55**

Patvirtino:

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis „Rasytė" KAUNAS

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)	44600	175/15	6,42	3,99	31	185,56
Sumuštinis su lydytu tepamu sūreliu 50 proc. rieb.	20559	33/16	4,18	4,31	18,65	130,09
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	2211	100	0,7	0,2	18	76,6
Vaisinė arbata be cukraus	3327	150	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso maitinimui:			**11,31**	**8,51**	**67,66**	**392,37**

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)	93002	150	1,6	1,13	8,53	50,71
Bulvių plokštainis su kalakutienos file	32883	180/70	23,2	5,07	45,46	320,28
Grietinė 30 proc. rieb.	27213	34	0,88	10,2	0,92	99,01
Morkų lazdelės	2669	140	1,4	0,14	14,56	65,1
Agurkai	24896	60	0,42	0	1,68	8,4
Stalo vanduo su kriaušėmis	3217	150	0,02	0,03	0,98	4,24
Iš viso maitinimui:			**27,52**	**16,57**	**72,13**	**547,74**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta ekologiška varškė 9 proc. rieb. su trintomis šaldytomis vyšniomis	12651	95/20	13,22	7,73	7,46	152,25
Iš viso maitinimui:			**13,22**	**7,73**	**7,46**	**152,25**

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)	22931	100/15	9,71	5,84	26,93	199,12
Agurkai	24896	60	0,42	0	1,68	8,4
Sumuštinis su sviestu 82 proc. rieb. ir a.r. virta dešra	20610	30/5/20	4,63	8,99	16,66	166,05
Žalia arbata be cukraus	3240	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**14,76**	**14,83**	**45,27**	**373,57**
Iš viso dienai:			**66,81**	**47,64**	**192,52**	**1465,93**

Patvirtino:
TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis
Rasutė

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)	38827	180/5/15	5,96	7,48	31,01	215,21
Sezoniniai vaisiai (bananai)	39866	100	1	0,4	23,4	101,2
Liofilizuotos mėlynės	19451	15	0,6	0,6	6,3	33
Juoda arbata be cukraus	3250	150	0	0	0	0,06
Iš viso maitinimui:			**7,56**	**8,48**	**60,71**	**349,47**

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)	93006	160/17	3,99	3,44	30,99	170,85
Plikytų ryžių plovas su vištienos šlaunelių/kumpelių mėsa (tausojantis)	46760	110/80	21,23	9,03	43,02	338,27
Agurkai ir pomidorai	2647	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Konservuoti agurkai	13379	100	0,8	0,2	2,75	16
Stalo vanduo su obuoliais	23682	150	0,03	0	0,79	3,3
Iš viso maitinimui:			**26,9**	**12,87**	**81,85**	**550,82**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Liofilizuotos braškės ir avietės	23413	15/15	2,49	0,86	12,69	68,42
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	79248	110	0,77	0,22	19,8	84,26
Iš viso maitinimui:			**3,26**	**1,08**	**32,49**	**152,68**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai	22936	135	10,05	11,73	42,12	314,26
Grietinė 10 proc. rieb.	12604	30	0,87	4,5	0,87	47,46
Trintos šaldytos braškės	1667	30	0,21	0,12	6,6	28,3
Vaisinė arbata be cukraus	3327	150	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso maitinimui:			**11,14**	**16,36**	**49,6**	**390,14**
Iš viso dienai:			**48,86**	**38,79**	**224,65**	**1443,11**

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)	527	60	7,62	6,54	0,54	91,5
Agurkinis jogurto 3 proc. rieb. ir žalumynų (krapai, petražolės) padažas	31056	35	1,13	2,51	1,97	34,99
Žalieji žirneliai	1834	50	2,2	0,15	6,25	35,15
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu 82 proc. rieb.	15309	30/5	1,86	4,4	13,72	101,9
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)	78393	140	0,42	0,42	16,94	73,22
Žalia arbata be cukraus	3240	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**13,23**	**14,02**	**39,42**	**336,76**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	93017	150	1,06	1,4	8,05	49,05
Pilno grūdo ruginė duona	2405	30	1,83	0,3	13,68	64,74
Jūrinių lydekų filė kotletai (tausojantis)	2883	110	20,76	10,18	7,88	206,21
Bulvių košė (tausojantis)	44602	120	3,54	4,07	25,55	153
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	64564	55	1,24	3,91	3,31	53,41
Agurkai ir paprika	1015	30/30	0,48	0,06	2,85	13,86
Stalo vanduo su apelsinu	3242	150	0,07	0,01	0,97	4,27
Iš viso maitinimui:			**28,98**	**19,93**	**62,29**	**544,54**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bandelė su cinamonu	7263	54	3,35	2,21	30,55	155,52
Iš viso maitinimui:			**3,35**	**2,21**	**30,55**	**155,52**

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)	26345	150	23,81	16,94	25,97	351,58
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	244	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Trintos šaldytos braškės	1667	30	0,21	0,12	6,6	28,3
Juoda arbata be cukraus	3250	150	0	0	0	0,06
Iš viso maitinimui:			**24,76**	**17,66**	**33,59**	**392,38**
Iš viso dienai:			**70,32**	**53,82**	**165,85**	**1429,2**

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)	20292	175/5	6,33	5,65	34,69	214,91
Sumuštinis su sviestu 82 proc. rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieb.	20622	31/6/15	6,22	9,41	16,93	177,31
Juoda arbata be cukraus	3250	150	0	0	0	0,06
Iš viso maitinimui:			**12,55**	**15,06**	**51,62**	**392,28**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	93020	200	3,6	4,24	14,1	108,95
Pilno grūdo ruginė duona	2405	30	1,83	0,3	13,68	64,74
Kapotos kalakutienos file kepsneliai	59432	100	16,83	6,88	9,01	165,29
Virti basmati ryžiai (augalinis) (tausojantis)	14959	120	2,68	1,12	32,52	150,88
Konservuoti agurkai	13379	100	0,8	0,2	2,75	16
Morkos ir ridikėliai	16937	50/50	1,04	0,09	6,62	31,37
Stalo vanduo su braškėmis	3252	150	0,05	0,03	0,38	1,96
Iš viso maitinimui:			**26,83**	**12,86**	**79,06**	**539,19**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	12508	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Kukurūzų traputis	3976	10	0,92	0,55	7,25	37,63
Iš viso maitinimui:			**11,6**	**8,87**	**7,41**	**155,87**

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)	35144	200	5,32	3,27	49,57	248,96
Kefyras 2,5 proc. rieb.	17650	120	3,84	3	4,8	61,56
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)	39676	100	0,9	0,1	11,7	51,3
Iš viso maitinimui:			**10,06**	**6,37**	**66,07**	**361,82**
Iš viso dienai:			**61,04**	**43,16**	**204,16**	**1449,16**

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 dribsnių košė su sviestu 82 proc. rieb. ir braškėmis (tausojantis)	44605	180/5/15	9,14	8,64	34,06	250,55
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	58547	100	0,4	0	9,9	41,2
Vaisių tyrelė	7177	95	0,66	0,48	15,08	67,25
Vaisinė arbata be cukraus	3327	150	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso maitinimui:			**10,21**	**9,13**	**59,05**	**359,12**

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)	5394	200	1,99	2,18	16,59	93,92
Pilno grūdo ruginė duona	2405	30	1,83	0,3	13,68	64,74
Orkaitėje keptas kiaulienos mentės ir ekologijos jautienos kumpio maltinukas (tausojantis)	45821	90	18,49	14,54	2,17	213,51
Virti makaronai (tausojantis)	2403	100	6,42	1,23	28,41	150,38
Agurkai ir pomidorai	2647	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Stalo vanduo su avietėmis	3286	150	0,08	0,04	0,9	4,3
Iš viso maitinimui:			**29,66**	**18,49**	**66,05**	**549,25**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Desertinis jogurtas 3 proc. rieb.	3081	125	6,5	1,88	7,88	74,38
Grikių traputis	28511	25	2,63	0,73	16,48	82,93
Iš viso maitinimui:			**9,13**	**2,61**	**24,36**	**157,31**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai 9 proc. rieb.	26346	150	18,73	15,2	34,46	349,6
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	244	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Trintos šaldytos mėlynės	20444	40	0,16	0,04	7,39	30,56
Žalia arbata be cukraus	3240	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**19,63**	**15,84**	**42,87**	**392,6**
Iš viso dienai:			**68,63**	**46,07**	**192,33**	**1458,28**

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Rasytė" KAUNAS

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

Patvirtino:

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)	6551	97/8	13,31	13,98	9,4	216,63
Ruginė duona su sėklomis	2669	25	2,28	1,03	11,6	64,73
Agurkai ir pomidorai	2647	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	2211	100	0,7	0,2	18	76,6
Žalia arbata be cukraus	3240	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**17,14**	**15,41**	**43,3**	**380,36**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	5357	150	2,86	2,26	10,44	73,5
Vištienos filė guliašas (tausojantis)	59497	130	22,06	8,49	8,03	196,81
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)(augalinis)	2469	120	4,2	0,2	38,59	172,99
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	64564	55	1,24	3,91	3,31	53,41
Pomidorai ir paprika	100856	40/40	0,76	0,24	5	25,2
Stalo vanduo su citrina	3191	150	0,1	0,02	0,89	4,19
Iš viso maitinimui:			**31,22**	**15,12**	**66,26**	**526,1**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Liofilizuotos braškės ir avietės	23413	15/15	2,49	0,86	12,69	68,42
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	79248	110	0,77	0,22	19,8	84,26
Iš viso maitinimui:			**3,26**	**1,08**	**32,49**	**152,68**

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)	38938	90	11,7	16,2	2,7	203,4
Bulvių košė (tausojantis)	44602	120	3,54	4,07	25,55	153
Konservuoti agurkai	13379	100	0,8	0,2	2,75	16
Vaisinė arbata be cukraus	3327	150	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso maitinimui:			**16,05**	**20,48**	**31,01**	**372,52**
Iš viso dienai:			**67,67**	**52,09**	**173,06**	**1431,66**

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)	20292	175/5	6,33	5,65	34,69	214,91
Sumuštinis su lydytu tepamu sūreliu 50 proc. rieb.	20559	33/16	4,18	4,31	18,65	130,09
Sezoniniai vaisiai (melionai)	52476	110	0,44	0	6,71	28,6
Juoda arbata be cukraus	3250	150	0	0	0	0,06
Iš viso maitinimui:			**10,95**	**9,96**	**60,05**	**373,66**

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)	58932	150	1,64	1,14	8,6	51,19
Orkaitėje keptas kiaulienos kumpio maltinis (tausojantis)	45824	100	21,28	10,38	6,56	204,81
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	29622	120	3,64	0,48	28,91	134,48
Pekino kopūstų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi	4240	60	0,7	3,97	2,59	48,87
Paprikos ir morkos	1058	25/25	0,53	0,08	4,8	22
Stalo vanduo su obuoliais	23682	150	0,03	0	0,79	3,3
Iš viso maitinimui:			**27,82**	**16,05**	**52,25**	**464,65**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	12508	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Sezoniniai vaisiai (melionai)	79252	120	0,48	0	7,32	31,2
Iš viso maitinimui:			**11,16**	**8,32**	**7,48**	**149,44**

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)	12670	140	17,41	9,07	20,44	232,99
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	244	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Bandelė su cinamonu	7179	50	3,1	2,05	28,29	144
Vaisinė arbata be cukraus	3327	150	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso maitinimui:			**21,26**	**11,73**	**49,76**	**389,55**
Iš viso dienai:			**71,19**	**46,06**	**169,54**	**1377,3**

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)	44611	195/5	8,33	6,95	43,24	268,8
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	58547	100	0,4	0	9,9	41,2
Liofilizuotos avietės	19453	15	1,35	0,3	5,1	28,5
Žalia arbata be cukraus	3240	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**10,08**	**7,25**	**58,24**	**338,5**

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)	58694	150	1,94	1,66	12,74	73,69
Orkaitėje kepta lašišos filė (tausojantis)	25624	110	21,05	14,26	0,78	215,7
Virti grikiai (augalinis) (tausojantis)	19973	90	3,65	0,9	20,1	103,1
Šviežių daržovių (paprikų, agurkų, pomidorų, svogūnų) salotos	100766	120	1,2	4,98	8,22	82,48
Stalo vanduo su apelsinu	3242	150	0,07	0,01	0,97	4,27
Iš viso maitinimui:			**27,91**	**21,81**	**42,81**	**479,24**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta ekologiška varškė 9 proc. rieb. su trintomis šaldytomis vyšniomis	12651	95/20	13,22	7,73	7,46	152,25
Iš viso maitinimui:			**13,22**	**7,73**	**7,46**	**152,25**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blyneliai su obuoliais	24626	150	9,92	12,75	51,67	361,09
Trintos šaldytos braškės	1667	30	0,21	0,12	6,6	28,3
Kmynų arbata be cukraus	1167	200	0,2	0,15	0,5	4,09
Iš viso maitinimui:			**10,33**	**13,02**	**58,77**	**393,48**
Iš viso dienai:			**61,54**	**49,81**	**167,28**	**1363,47**

Patvirtino:



TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

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)	20294	180/5/15	7,39	8,07	45,86	285,63
Sezoniniai vaisiai (melionai)	52476	110	0,44	0	6,71	28,6
Sūrio lazdelė 40 proc. rieb.	25279	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Juoda arbata be cukraus	3250	150	0	0	0	0,06
Iš viso maitinimui:			**13,17**	**12,23**	**52,65**	**373,41**

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)	42302	200	4,52	4,31	17,7	127,66
Orkaitėje kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	59495	90	21,67	8,99	0,56	169,84
Bulvių košė (tausojantis)	44602	120	3,54	4,07	25,55	153
Šviežių agurkų salotos su krapais	100771	80	0,6	3,29	2,35	41,35
Paprika	27875	30	0,27	0,06	2,01	9,66
Stalo vanduo su agurku	3334	150	0,05	0	0,19	0,96
Iš viso maitinimui:			**30,65**	**20,72**	**48,36**	**502,47**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Vaisių tyrė	7265	190	1,33	0,95	30,16	134,5
Ryžių traputis	23416	6	0,52	0,14	5,01	23,4
Iš viso maitinimui:			**1,85**	**1,09**	**35,17**	**157,9**

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	80573	200	4,81	6,64	24,87	178,43
Ruginė duona su sėklomis ir sviestu 82 proc. rieb.	20663	40/6	3,67	6,56	18,61	148,15
Žalia arbata be cukraus	3240	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**8,48**	**13,2**	**43,48**	**326,58**
Iš viso dienai:			**54,15**	**47,24**	**179,66**	**1360,36**

Patvirtino:
TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

LIETUVOS RESPUBLIKA
Kauno lopšelis-darželis „Rasutė"
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)	20298	180/5/15	5,61	7,67	36,5	237,52
Varškės sūrelis be glaisto 9 proc. rieb.	7181	50	7,35	3,95	7,4	94,55
Sezoniniai vaisiai (melionai)	52476	110	0,44	0	6,71	28,6
Vaisinė arbata be cukraus	3327	150	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso maitinimui:			**13,41**	**11,63**	**50,62**	**360,79**

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)	93043	150	1,86	1,54	15,96	85,15
Orkaitėje keptas vištienos (šlaunelių, krūtinėlės file) maltinukas (tausojantis)	22859	100	21,15	10,46	3,9	194,31
Virti basmati ryžiai (augalinis) (tausojantis)	14959	120	2,68	1,12	32,52	150,88
Morkos salotos su alyvuogių aliejumi	4355	50	0,58	2,33	5,89	46,86
Agurkai ir pomidorai	2647	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Stalo vanduo su braškėmis	3252	150	0,05	0,03	0,38	1,96
Iš viso maitinimui:			**27,17**	**15,68**	**62,95**	**501,56**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**	**Patiekalo ar gaminio maistinė vertė**			
			Baltymai	**Riebalai**	**Angliavandeniai**	**Kilokalorijos (Kcal.)**
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	12508	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Sezoniniai vaisiai (melionai)	79252	120	0,48	0	7,32	31,2
Iš viso maitinimui:			**11,16**	**8,32**	**7,48**	**149,44**

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)	17615	150	18,98	9,39	30,41	282,04
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	244	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Trintos šaldytos vyšnios	272	10	0,09	0,04	4,97	20,6
Sezoniniai vaisiai (mandarinai)	78693	150	0,9	0,15	16,65	71,55
Juoda arbata be cukraus	3250	150	0	0	0	0,06
Iš viso maitinimui:			**20,71**	**10,18**	**53,05**	**386,69**
Iš viso dienai:			**61,29**	**37,49**	**166,62**	**1249,04**

Patvirtino:



TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaš...

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)	20300	162/3/15	6,44	5	37,31	219,97
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	2211	100	0,7	0,2	18	76,6
Liofilizuotos braškės	15941	15	1,14	0,56	7,59	39,92
Vaisinė arbata be cukraus	3327	150	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso maitinimui:			**8,29**	**5,77**	**62,91**	**336,61**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	93044	150	1,11	1,41	8,77	52,25
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpiu ir mente (tausojantis)	27561	120/80	18,95	12,82	37,26	340,28
Grietinė 30 proc. rieb.	20045	40	1,04	12	1,08	116,48
Konservuoti agurkai	13379	100	0,8	0,2	2,75	16
Agurkai ir paprika	1015	30/30	0,48	0,06	2,85	13,86
Stalo vanduo su citrina	3191	150	0,1	0,02	0,89	4,19
Iš viso maitinimui:			**22,48**	**26,51**	**53,6**	**543,06**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Liofilizuotos braškės ir avietės	23413	15/15	2,49	0,86	12,69	68,42
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	79248	110	0,77	0,22	19,8	84,26
Iš viso maitinimui:			**3,26**	**1,08**	**32,49**	**152,68**

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)	38938	90	11,7	16,2	2,7	203,4
Virti makaronai (tausojantis)	2403	100	6,42	1,23	28,41	150,38
Agurkai ir pomidorai	2647	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Žalia arbata be cukraus	3240	150	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			**18,97**	**17,63**	**35,41**	**376,18**
Iš viso dienai:			**53**	**50,99**	**184,41**	**1408,53**

Patvirtino:

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis „Rasytė" KAUNAS

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

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)	38827	180/5/15	5,96	7,48	31,01	215,21
Sumuštinis su lydytu tepamu sūreliu 50 proc. rieb.	20559	33/16	4,18	4,31	18,65	130,09
Sezoniniai vaisiai (melionai)	52476	110	0,44	0	6,71	28,6
Juoda arbata be cukraus	3250	150	0	0	0	0,06
Iš viso maitinimui:			**10,58**	**11,79**	**56,37**	**373,96**

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)	43235	150	5,71	2,29	18,5	117,42
Jautienos kumpio befstrogenas su morkomis (tausojantis)	45825	95/15	20,75	13,35	8,05	235,31
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	2503	120	2,47	0,12	24,35	108,4
Šviežių daržovių (paprikų, agurkų, pomidorų, svogūnų) salotos	100766	120	1,2	4,98	8,22	82,48
Stalo vanduo su vynuogėmis	3361	150	0,05	0,01	1,26	5,36
Iš viso maitinimui:			**30,18**	**20,75**	**60,38**	**548,97**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta ekologiška varškė 9 proc. rieb. su trintomis šaldytomis vyšniomis	12651	95/20	13,22	7,73	7,46	152,25
Iš viso maitinimui:			**13,22**	**7,73**	**7,46**	**152,25**

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.	15749	80/40	16,99	10,15	35,21	300,13
Trintos šaldytos braškės	1667	30	0,21	0,12	6,6	28,3
Ekologiškas pienas 2,5 proc. rieb.	27407	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso maitinimui:			**20**	**12,77**	**46,51**	**380,93**
Iš viso dienai:			**73,98**	**53,04**	**170,72**	**1456,11**

Patvirtino:

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis "Rasytė" KAUNAS

TVIRTINU
Direktorė
Rita Vaškelienė

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kiaušinienė (tausojantis)	555	100	11,92	11,52	2,65	161,88
Agurkai	24896	60	0,42	0	1,68	8,4
Pilno grūdo ruginė duona	2405	30	1,83	0,3	13,68	64,74
Sezoniniai vaisiai (bananai)	39866	100	1	0,4	23,4	101,2
Kmynų arbata be cukraus	1167	200	0,2	0,15	0,5	4,09
Iš viso maitinimui:			**15,37**	**12,37**	**41,91**	**340,31**

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)	93045	150	2,7	2,2	14,44	88,39
Pilno grūdo ruginė duona	2405	30	1,83	0,3	13,68	64,74
Ekologiškos vištienos filė kotletai (tausojantis)	59457	80	17,27	6,82	13,37	183,97
Virti grikiai (augalinis) (tausojantis)	19973	90	3,65	0,9	20,1	103,1
Agurkai ir pomidorai	2647	50/50	0,85	0,2	4,3	22,4
Stalo vanduo su kriaušėmis	3217	150	0,02	0,03	0,98	4,24
Iš viso maitinimui:			**26,32**	**10,45**	**66,87**	**466,84**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Vaisių tyrė	7265	190	1,33	0,95	30,16	134,5
Ryžių traputis	23416	6	0,52	0,14	5,01	23,4
Iš viso maitinimui:			**1,85**	**1,09**	**35,17**	**157,9**

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)	26345	150	23,81	16,94	25,97	351,58
Natūralus jogurtas 2,5 proc. rieb.	244	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Trintos šaldytos vyšnios	272	10	0,09	0,04	4,97	20,6
Čiobrelių arbata be cukraus	3234	150	0,04	0,03	0,29	1,61
Iš viso maitinimui:			**24,68**	**17,61**	**32,25**	**386,23**
Iš viso dienai:			**68,22**	**41,52**	**176,2**	**1351,28**

Patvirtino:

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis-darželis „Rasytė" KAUNAS

TVIRTINU Direktorė Rita Vaskelienė

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)	28869	200	7,77	3,43	34,24	198,96
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu 82 proc. rieb.	15309	30/5	1,86	4,4	13,72	101,9
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)	39676	100	0,9	0,1	11,7	51,3
Čiobrelių arbata be cukraus	3234	150	0,04	0,03	0,29	1,61
Iš viso maitinimui:			**10,57**	**7,96**	**59,95**	**353,77**

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su morkomis (tausojantis) (augalinis)	58709	150	3,8	1,48	14,77	87,6
Orkaitėje kepta lašišos filė (tausojantis)	25624	110	21,05	14,26	0,78	215,7
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)(augalinis)	2469	120	4,2	0,2	38,59	172,99
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais ir alyvuogių aliejumi	87977	80	2,04	2,35	3,49	43,28
Agurkai ir paprika	1015	30/30	0,48	0,06	2,85	13,86
Stalo vanduo su apelsinu	3242	150	0,07	0,01	0,97	4,27
Iš viso maitinimui:			**31,64**	**18,36**	**61,45**	**537,7**

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Desertinis jogurtas 3 proc. rieb.	3081	125	6,5	1,88	7,88	74,38
Grikių traputis	28511	25	2,63	0,73	16,48	82,93
Iš viso maitinimui:			**9,13**	**2,61**	**24,36**	**157,31**

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	23162	128/15	16,41	12,42	11,56	223,65
Bandelė su cinamonu	7179	50	3,1	2,05	28,29	144
Vaisinė arbata be cukraus	3327	150	0,01	0,01	0,01	0,12
Iš viso maitinimui:			**19,52**	**14,48**	**39,86**	**367,77**
Iš viso dienai:			**70,86**	**43,41**	**185,62**	**1416,55**