

PATVIRTINTA

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro direktoriaus

2022 m. gegužės 23 d. įsakymu Nr. J - 39

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kr. košė su cin. ir cukr. T	2.16	150/3	5,8	2,3	29,8	166,1
Sviestas	4.1	3	0,021	2,478	0,024	22,320
Duoniukai / trapučiai	13.4	10	0,8	0,2	8,2	36,9
Varškės užtepėlė	13.2.4	15	2,0	2,9	0,5	36,6
Arbatželių arbata (nesald.)	6.2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			8,7	8,0	38,6	262,0

Pietūs 12.00 val.

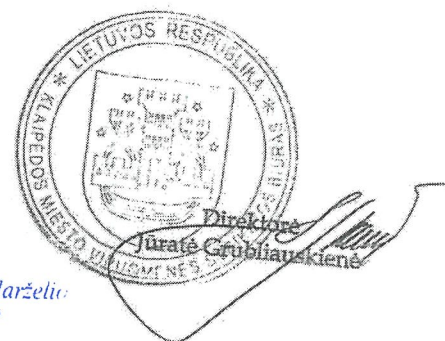
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Žirnių srb. TA	1.10	100	2,423	3,152	10,232	65,635
Ruginė duona	13.1	25	1,9	0,4	13,1	54,5
Kiaulienos maltinukas T	3.1.8	60	15,7	6,6	4,6	140,5
Virtos grikių kr. TA	11.2.2	60	3,8	0,9	20,8	104,7
**Daržovės	12.4	70	1,3	0,2	4,7	20,6
*Vaisiai/Vaisių glotnutis	12.5.1/6.11	80/100	0,6	0,2	11,0	44,0
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			25,7	11,5	64,4	429,9

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su trošk. kalak.pad. T	8.1.1	105/30	11,335	4,277	38,869	242,840
**Daržovės	12.4	40	0,720	0,120	2,680	11,760
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	150	0,2	0,1	0,4	2,7
Iš viso:			12,2	4,5	41,9	257,3
Iš viso (dienos davinio):			46,6	24,0	144,9	949,1



Klaipėdos lopšelio-darželio
„Pumpurelis“
direktore
Asta Levaniene



Direktore
Jūratė Grubliauskienė

„*“ - pažymėtas patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
„**“ - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kr. košė TA	2.12.1	150	3,234	0,594	24,816	110,550
Daržovių pad. A	4.12	18	0,254	4,044	1,851	42,270
Sūrio lazdelė	13.7	20	4,200	5,600	0,400	69,000
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			7,7	10,2	27,1	221,8

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Barščiai su bulvėmis TA	1.6	100	1,114	2,081	9,033	55,710
Grietinė	4.2	5	0,120	1,500	0,155	14,650
Ruginė duona	13.1	25	1,925	0,350	13,125	54,500
Troškintas vištienos kepsnelis T	3.2.3	70	23,602	2,397	0,302	117,260
Bulvių košė su brokoliais T	11.1.5	60	1,554	1,992	8,876	57,980
**Daržovės	12.4	70	1,260	0,210	4,690	20,580
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,000	0,000	0,004	0,011
*Vaisiai/Vaisių glotnutis	12.5.1/6.11	100/130	0,720	0,280	13,700	55,000
Iš viso:			30,3	8,8	49,9	375,7

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Plovas su ankštinėmis daržovėmis TA	5.1.4	110/40	6,981	9,760	36,609	245,520
**Daržovės	12.4	50	0,900	0,150	3,350	14,700
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	150	0,000	0,000	0,000	0,000
Iš viso:			7,9	9,9	40,0	260,2

(2) Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas T	7.9	120	16,98	14,25	15,92	259,83
Jogurto ir uogienės pad.	4.21	20	0,88	0,52	4,32	24,68
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			17,86	14,77	20,24	284,51
1 variantas Iš viso (dienos davinio):			45,86	28,96	116,91	857,73
2 variantas Iš viso (dienos davinio):			55,84	33,81	97,19	882,02
Iš viso vid. (dienos davinio):			50,85	31,39	107,05	869,88

TURTIMA
Klaipėdos lopšelio-darželio
„Pumpurėlis“
direktorė
Asta Levaniienė



..** - pažymetus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
..*** - rekomenduojama rinktis pagal sezonškumą

T - tausojantis
A - augalinis

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis T	10.1	60	7,4	7,0	0,4	94,2
Ž. žirnėliai / kukurūzai (konserv.)	12.4.9	20	0,780	0,080	3,780	16,700
**Daržovės	12.4	60	1,080	0,180	4,020	17,640
Šviesi duona su sviestu	13.1.1	25/5	1,4	4,3	13,6	95,0
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	150	0,0	0,0	0,0	0,0
*Kepti vaisiai TA	13.9	60	0,304	0,266	10,032	39,900
Iš viso:			10,9	11,9	31,8	263,4

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Trinta daržovių srb. TA	1.4.4	100	1,488	2,159	7,993	52,610
Skrebučiai TA	13.3	10	1,7	3,8	10,3	53,1
Troškintas jautienos maltinukas T	3.4.4	60	14,1	7,6	1,1	127,1
Virti makaronai TA	11.7	60	2,701	1,073	18,951	98,590
Barokėlių sal.	12.2.21	40	0,635	1,049	3,878	23,850
**Daržovės	12.4	70	1,3	0,2	4,7	20,6
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			21,9	15,9	46,9	375,8

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kr. srb. T	1.3.1	100	3,547	4,120	11,215	94,100
Riestainis	14.1	40	4,400	0,720	26,120	125,600
Žolelių arbata (nesald.)	6.5	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			7,9	4,8	37,3	219,7
Iš viso (dienos davinio):			40,8	32,6	116,1	858,9

Klaipėdos lopšelio-darželio
"Pumpurėlis"
direktore
Asta LevanieneDirektore
Jūratė Grubliauskienė** - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
*** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumąT - tausojantis
A - augalinis

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.30 val.

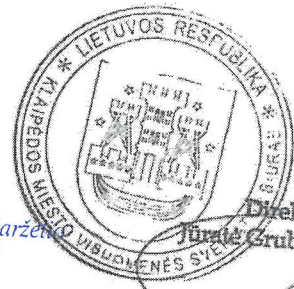
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kr. košė T	2.13	150	5,205	2,665	30,800	162,750
Sviestas	4.1	3	0,021	2,478	0,024	22,320
Trintų uogų pad.	4.18	15	0,127	0,079	1,429	5,542
Duoniukai / trapučiai su lydytu sūriu	13.4.1	10/15	2,640	3,439	8,920	76,100
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			8,0	8,7	41,2	266,7

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Lęšių srb. TA	1.13	100	4,644	4,236	13,940	105,840
Ruginė duona	13.1	25	1,9	0,4	13,1	54,5
Truškinata kalakutiena T	3.3.3	50/20	15,0	7,4	1,8	132,7
Virtos bulvės TA	11.4	60	1,2	0,1	11,2	49,4
**Daržovės	12.4	70	1,3	0,2	4,7	20,6
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,0	0,0	0,0	0,0
*Vaisiai/Vaisių glotnutis	12.5.1/6.11	120/150	0,9	0,3	16,4	66,0
Iš viso:			24,9	12,6	61,2	429,1

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais	9.8	100	8,0	10,3	30,9	269,0
Jogurto ir uogienės pad.	4.21	20	0,9	0,5	4,3	24,7
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			8,9	10,8	35,3	293,7
Iš viso (dienos davinio):			41,8	32,1	137,6	989,4



** - pažymėtus patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maistiniu
*** - rekomenduojama rinktis pagal sezoniskumą

T - tausojančias
A - augalinis

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dr. košė T	2.1	150	7,1	4,2	24,5	157,7
Uogienė / džemas	4.17	10	0,0	0,0	7,5	28,2
Duoniuokai / trapučiai	13.4	10	0,840	0,240	8,200	36,900
Avokado užtepėlė A	13.2.6	15	0,239	3,339	0,802	34,156
Kmynų arbata (nesald.)	6.6	150	0,2	0,1	0,4	2,7
Iš viso:			8,3	7,9	41,3	259,6

Pietūs 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
*Ryžių kr. srb. su pomidorais TA	1.21	100	0,864	2,202	7,816	51,520
Ruginė duona	13.1	25	1,9	0,4	13,1	54,5
Žuvies maltinukas T	3.6.3	60	13,4	7,2	6,1	141,4
Virtos bulvės TA	11.4	60	1,220	0,061	11,163	49,410
**Daržovės	12.4	70	1,3	0,2	4,7	20,6
Pagardintas stalo vanduo	6.1	150	0,0	0,0	0,0	0,0
*Vaisiai/Vaisių glotnutis	12.5.1/6.11	80/100	0,6	0,2	11,0	44,0
Iš viso:			19,3	10,2	53,9	361,4

Vakarienė 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai T	7.5	120	16,924	8,851	27,239	275,255
Saldus jogurto pad.	4.20	10	0,6	0,3	1,4	11,0
Arbatžolių arbata (nesald.)	6.2	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			17,5	9,2	28,6	286,3
Iš viso (dienos davinio):			45,1	27,3	123,8	907,3

Klaipėdos lopšelis-darželis
"Pumpurėlis"
direktore
Asta LevanieneDirektore
Jarata Grubliauskienė

** - pažymėtas patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu
*** - rekomenduojama rinktis pagal sezoninį skumą