

Tirkiliškių mokykla - darželis

Kauno Tirkiliškių mokykla - darželis, į.k. 191094715, Europos pr. 121, 46338 Kaunas

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

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-6 m.

(vaikų amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas:
I-V - 7:00 – 17:30

TVIRTINU:

Direktorė

Rūta Kacucevičienė



Valgiaraštį sudarė: UAB „Patatos bistro“, 2026

1 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių košė su sviestu (82%) (tausojančios) (7)	SB-3(3)T	200/5	5.160	7.790	38.080	261.000
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			5.560	8.190	51.080	318.200
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis) (1)	SB-1(19)AT	150	2.200	2.250	15.960	84.780
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Kiaulienos guliašas (tausojančios) (1,7)	VŠ[-TM-K006	80 (60/20)	17.714	10.080	6.160	186.400
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	BG4-3/65AT	90	1.854	0.093	16.964	76.107
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais ir žalumynais (augalinis)	SB/D-2(46)A	80	1.106	1.190	7.312	44.320
Vanduo su citrina	VŠ[-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			24.264	15.323	56.321	452.297
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo lietinių blynelių suktinukai (1,3)	SMG-6-6/124PV-10S	100	7.321	6.144	27.445	194.360
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Pieniškas braškių kokteilis (7)	SMG-17-1/1GPeV-10N	150	3.210	2.013	16.853	98.367
Iš viso:			10.576	8.157	54.933	333.377
Iš viso (dienos davinio):			40.400	31.670	162.334	1103.874

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:



Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



1 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) sklandžiai (1,3,7)	SB/O-7(2)	100	10.750	12.417	22.250	243.750
Trintos braškės (augalinis)	SB-14(16)A	20	0.125	0.000	2.475	9.400
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			11.275	12.817	37.725	310.350
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su bulvėmis ir cukinija (augalinis, tausojantis)	SB-1(21)AT	150	1.670	6.210	12.120	107.103
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Kapotos vištienos kepsniukas (1,3,10)	SC-I(44)	70	14.780	3.680	4.000	108.240
Speltų kviečių makaronai su šalto spaudimo aliejumi (augalinis, tausojantis) (1)	SB-6(34)AT	80	3.096	1.160	17.160	92.155
Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (augalinis)	VŠ[-TM-S004	80	0.827	4.160	7.480	70.707
Vanduo su citrina	VŠ[-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			21.763	16.920	50.685	438.895
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų pyragas su viso grūdo miltai ir sėlenomis	SB-16(32)	90	5.670	14.310	37.260	289.710
Ekologiškas pienas (2,5%)	SAM-Ž-GĖ(3013/3014	100	2.800	2.500	4.700	52.500
Iš viso:			8.470	16.810	41.960	342.210
Iš viso (dienos davinio):			41.508	46.547	130.370	1091.455

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė

Larisa Bukinienė



1 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Neskrudintų grikių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojančis) (7)	SB-3(50)T	200/7	5.810	7.720	37.340	232.510
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			6.210	8.120	50.340	289.710
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis) (1)	SB/TR-1(23)AT	150	2.010	1.200	13.620	70.730
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Lašišos file, kepta konvekciniame pečiujė (tausojančis) (4)	BG9-7/145T	70	12.008	15.852	0.351	192.100
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	SAM-ŠIL-GA/PA(50)	80	1.952	0.160	21.424	89.520
Šviežių agurkų lazdelės su krapais (augalinis)	SB-2(6)A	70	0.648	5.045	1.891	52.105
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			18.008	23.967	47.211	465.145
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas (tausojančis) (1,3,7)	SB-7(19)T	120	14.500	15.000	18.800	268.200
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			14.545	15.000	29.435	308.850
Iš viso (dienos davinio):			38.763	47.087	126.986	1063.705

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:



Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



1 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (tausojantis) (3)	VŠJ-TM-Ki002	100	12.300	11.700	0.700	157.000
Sviestas (82%) (7)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Pjaustyti pomidorai (augalinis)	VŠJ-TM-D000.3	70	0.700	0.140	2.870	15.540
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			14.655	16.550	25.690	309.740
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (augalinis, tausojantis) (1)	SB-1(46)AT	150	2.243	3.302	12.635	88.622
Skrebučiai (1)	VŠJ-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
Troškinta jautiena su grietinės (30 %) padažu (tausojantis) (1,7)	SB-12(3)T	80 (50/30)	1.220	0.180	9.080	172.000
Virtos bulgur kruopos (augalinis, tausojantis) (1)	VŠJ-TM-Gr006	80	2.808	2.584	17.352	104.000
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SB/D-2(19)A	80	1.360	1.143	9.390	58.077
Vanduo su citrina	VŠJ-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			8.076	7.464	49.864	439.924
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (3)	VŠJ-TM-D009	140 (86/54)	15.501	6.168	27.160	226.17
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas (7)	AB-5	20	0.540	8.070	0.810	77.560
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			16.041	14.238	27.970	303.730
Iš viso (dienos davinio):			38.772	38.252	103.524	1053.394

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:



Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



1 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su kviečių gemalais ir mėlynėmis (tausojantis) (1,7)	SB-3(53)T	200/5/5/10	9.027	8.283	31.640	237.177
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			9.427	8.683	44.640	294.377
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Spindulinių pupuolių sriuba (augalinis, tausojantis)	SB-1(42)AT	150	4.400	3.200	14.000	101.000
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Natūralus kalakutienos maltinukas su kviečių sėlenomis (tausojantis) (1,3)	VŠI-TM-P016	70	17.098	5.093	4.769	133.324
Bulvių košė (tausojantis) (7)	VŠI-TM-Gr012	90	2.970	2.689	19.260	91.000
Troškintos daržovės (morkos, kalafiorai, žirneliai) (tausojantis)	SB-4(16)T	80	1.765	6.811	6.334	89.856
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			27.623	19.503	54.288	475.870
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių miltų paplotėliai su varške (9 %) ir špinatais (tausojantis) (1,3,7)	SB/O-3(20)T	120 (60/50/10)	13.250	12.400	29.440	282.360
Natūralus jogurtas (2,5%) (7)	SAM-Ž-PA(448/1066)	20	0.860	0.700	1.180	14.460
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			14.110	13.100	30.620	296.820
Iš viso (dienos davinio):			51.160	41.286	129.548	1067.067

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



2 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu (<i>tausojantis</i>) (1,7)	SB-3(4)T	200	6.960	2.910	36.920	203.410
Sviestas (82%) (7)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			7.395	7.440	49.960	297.810
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (<i>augalinis, tausojantis</i>)	SAM-ŠVSB-SR(3)	150	1.140	3.050	8.860	66.430
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Plovas su kiauliena (<i>tausojantis</i>)	VŠJ-TM-K001	170 (114/56)	25.237	13.694	25.441	325.967
Rauginti agurkai (<i>augalinis</i>)	SB-4(26)A	70	0.400	0.300	1.700	9.100
Vanduo su citrina	VŠJ-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			28.167	18.754	45.926	462.187
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9 %) ir cukinijų paplotėliai, kepti konvekciniame pečiuje (<i>tausojantis</i>) (3,7)	SB-7(20)T	140	21.593	18.995	6.001	281.332
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			21.953	23.495	6.466	325.282
Iš viso (dienos davinio):			57.515	49.689	102.352	1085.279

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:



Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



2 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su avižių sėlenomis ir žalumynais (tausojančias) (1,3,7)	Vš[-TM-Ki001	100	11.690	12.040	8.780	190.220
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SB-2(71)A	40	2.400	0.500	3.200	26.900
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			15.710	13.120	34.060	317.120
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba (tausojančias)	Vš[-TM-Sr013	150	1.610	2.080	13.350	78.580
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Troškinti vištienos kumpeliai grietinė (35 %) padaže (tausojančias) (7)	SB-10(48)T	80 (70/10)	19.270	12.614	0.250	191.524
Brinkinti griekiai (augalinis, tausojančias)	Vš[-TM-Gr018	80	3.528	0.872	19.408	99.200
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo aliejumi (augalinis)	SB/TR-2(18)A	80	0.860	1.000	3.720	28.300
Vanduo su citrina	Vš[-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			26.658	18.276	46.653	458.294
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raudonųjų pupelių ir bananų apkepas su kakava (tausojančias) (1,3)	SB-4(58)T	90	10.454	15.231	23.590	273.254
Ekologiškas pienas (2,5%) (7)	SAM-Ž-GĖ(3013/3014)	100	2.800	2.500	4.700	52.500
Iš viso:			13.254	17.731	28.290	325.754
Iš viso (dienos davinio):			55.622	49.127	109.003	1101.168

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



2 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (1,7)	SAM-ŠVSB-KO(5)	200	8.010	2.730	43.520	218.880
Sviestas (82%) (7)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			8.445	7.260	56.560	313.280
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta morkų ir lęšių sriuba (augalinis, tausojantis)	SB-1(1)AT	150	5.176	6.698	17.437	144.482
Skrebučiai (1)	VŠJ-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
Žuvies kepinukas (jūros lydeka) (tausojantis) (3,4,10)	SB-9(1)T	70	11.660	7.450	5.590	135.230
Bulvių košė su morkomis (tausojantis) (7)	VŠJ-TM-Gr012.2	90	1.998	2.655	14.517	89.946
Virtų burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	SB-2(45)A	80	1.209	1.084	5.129	43.778
Vanduo su citrina	VŠJ-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			20.488	18.142	44.080	430.661
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėtukai (varškė 9%) su viso grūdo miltais (tausojantis) (1,3,7)	SB/O-7(15)T	120	18.000	9.171	25.714	257.400
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			18.360	13.671	26.179	301.350
Iš viso (dienos davinio):			47.293	39.073	126.819	1045.291

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:



Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



2 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo lietišnių blynelių suktinukai (1,3)	SMG-6-6/124PV-10	120	8.785	7.373	32.934	233.232
Trintos braškės (augalinis)	SB-14(16)A	20	0.125	0.000	2.475	9.400
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			9.310	7.773	48.409	299.832
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis, tausojantis)	BG1-3/39AT	150	1.508	3.153	11.351	79.812
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Kiaulienos maltinis (tausojantis) (3)	Všj-TM-K003	70	13.246	4.900	12.639	147.630
Perlinis kuskusas (augalinis, tausojantis) (1)	Všj-TM-Gr003	80	3.392	0.424	20.896	100.944
Pekino salotos su morkomis ir brokoliais (augalinis)	SB/D-2(24)A	80	1.200	3.200	3.900	42.050
Vanduo su citrina	Všj-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			20.736	13.387	58.711	431.126
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais (1,3,7)	BG3-6/120	120	6.758	10.396	32.850	255.194
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			6.803	10.396	43.485	295.844
Iš viso (dienos davinio):			36.849	31.556	150.605	1026.802

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos darželės
Direktorė
Larisa Bukinienė



2 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis) (7)	SAM-ŠIL-KO(4)	200/5	6.830	8.680	36.060	240.360
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			7.230	9.080	49.060	297.560
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	SAM-ŠVSB-SR(4)	150	3.425	1.385	13.375	78.426
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Kalakutienos guliašas (tausojantis) (1,7)	Vš[-TM-P021	80 (60/20)	12.720	7.582	4.444	137.093
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	BG4-3/65AT	90	1.854	0.093	16.964	76.107
Pomidorų skiltelės su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SB-2(72)A	70	0.300	6.060	1.230	66.000
Vanduo su citrina	Vš[-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			19.689	16.830	45.938	418.316
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai blynėliai su vištiena (1,3,7)	SB-10(6)	135 (90/45)	12.420	6.903	28.098	236.241
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas (7)	AB-5	20	0.540	8.070	0.810	77.560
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			12.960	14.973	28.908	313.801
Iš viso (dienos davinio):			39.879	40.883	123.906	1029.677

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



3 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių košė su sviestu (82%), paskaninta vyšniomis (tausojančios) (7)	VŠ[-TM-Kr003	200/5/15	7.190	6.270	45.640	267.710
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			7.590	6.670	58.640	324.910
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojančios)	SB/PN-1(25)AT	150	1.420	4.640	11.030	90.840
Skrebučiai (1)	VŠ[-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
Kiaulienos maltinukas su kopūstais (tausojančios) (3)	SB/TR-11(1)T	80	10.411	6.873	8.880	189.600
Virtos bulvės (augalinis, tausojančios)	BG4-3/65AT	90	1.854	0.093	16.964	76.107
Pomidorų skiltelės su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SB-2(72)A	70	0.300	6.060	1.230	66.000
Vanduo su citrina	VŠ[-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			14.430	17.921	39.511	439.772
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių troškiny su daržovėmis ir vištiena (tausojančios)	SB-10(29)T	180	15.250	5.550	41.150	283.950
Kefyras (2,5%) (7)	SAM-Š-GE(87)	100	3.400	2.500	4.900	56.000
Iš viso:			18.650	8.050	46.050	339.950
Iš viso (dienos davinio):			40.670	32.641	144.201	1104.632

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdomo įstaiga:



Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



3 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis) (1,3,7)	VŠI-TM-Ki003	100 (90/10)	12.380	14.590	5.530	202.950
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Šviežių agurkų lazdelės (augalinis)	SB-4(46)A	40	0.320	0.080	0.920	4.400
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			14.320	15.250	28.530	307.350
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	VŠI-TM-Sr010	150	1.670	1.570	8.310	54.080
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Vištienos lazdelės, keptos konvekciniame pečiuje (tausojantis) (1,3)	SB-10(3)T	70	21.330	7.590	2.530	163.740
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	SB-3(47)AT	90	2.329	0.203	25.819	107.933
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SB/D-2(19)A	80	1.360	1.143	9.390	58.077
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			28.079	12.216	55.974	444.520
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (1,3,7)	SB-7(8)	120	17.700	13.800	32.900	323.100
Natūralus jogurtas (3,5%) su vyšniomis (7)	VŠI-TM-U023	20	0.628	0.562	1.218	12.440
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			18.328	14.362	34.118	335.540
Iš viso (dienos davinio):			60.727	41.828	118.622	1087.410

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



3 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su sviestu (82 %) (tausojantis) (1,7)	SB-3(18)T	200	9.177	9.577	32.629	253.453
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			9.577	9.977	45.629	310.653
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis, tausojantis)	SB/TR-1(4)AT	150	1.836	1.207	14.028	74.195
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Sterko maltinukas su lašiša (tausojantis) (1,3,4)	SB-9(13)T	70	12.330	4.990	3.846	109.554
Bulvių košė (tausojantis) (7)	VŠI-TM-Gr012	90	2.043	2.637	15.012	91.953
Troškintos daržovės (morkos, paprikos, brokoliai) (augalinis, tausojantis)	SB-4(17)AT	80	1.407	8.296	6.600	105.363
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			19.006	18.840	49.411	441.755
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai (1,3,7)	VŠI-TM-M004	100	7.088	13.525	36.375	295.575
Trinti kepti obuoliai (augalinis) (tausojantis)	SB-14(3)AT	20	0.100	0.100	3.500	14.100
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			7.188	13.625	39.875	309.675
Iš viso (dienos davinio):			35.771	42.442	134.915	1062.083

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos darželės
Direktorė
Larisa Bukinienė



3 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė (9 %) su kefyru (2,5 %) ir trintais vaisiais/uogomis (tausojančios) (7)	BG15-1/2T	120/20	14.845	7.820	12.801	180.972
Skrudinta pusryčių duona (tausojančios) (1)	SB-16(4)T	20	1.580	0.900	10.380	55.940
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			16.825	9.120	36.181	294.112
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis, tausojantis)	BG1-3/39AT	150	1.508	3.153	11.351	79.812
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdų duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Jautienos befstrogenas (tausojančios) (1)	SB-12(2)T	80 (50/30)	11.491	9.233	6.773	155.762
Virtos bulgur kruopos (augalinis, tausojantis) (1)	VŠI-TM-Gr006	80	2.808	2.584	17.352	104.000
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo aliejumi (augalinis)	SB/TR-2(18)A	80	0.860	1.000	3.720	28.300
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			18.057	17.680	49.121	428.564
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žemaičių blynas su kiauliena (1,3)	VŠI-TM-D011	130 (90/40)	11.440	11.294	22.742	238.371
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas (7)	AB-5	20	0.540	8.070	0.810	77.560
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			11.980	19.364	23.552	315.931
Iš viso (dienos davinio):			46.862	46.164	108.854	1038.607

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



3 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų košė (tausojantis) (7)	VŠJ-TM-Kr024	200	10.670	4.460	43.510	256.800
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			11.070	4.860	56.510	314.000
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis, tausojantis) (1)	VŠJ-TM-Sr021	150	2.780	2.470	19.960	113.230
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Kapotos kalakutienos filė kepsniukas (1,3,10)	SB-10(49)	70	13.580	4.530	4.000	111.090
Virti kieto grūdo makaronai su šalto spaudimo aliejumi (augalinis, tausojantis) (1)	SB-6(41)AT	80	4.120	2.520	23.040	131.320
Šviežių agurkų lazdelės su krapais su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SB-4(59)A	80	0.735	7.034	2.155	71.815
Vanduo su citrina	VŠJ-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			22.605	18.264	59.080	488.145
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanilinis varškės (9 %) pudingas (tausojantis) (1,3,7)	SB-7(19)T	120	14.523	15.007	18.658	267.787
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			14.568	15.007	29.293	308.437
Iš viso (dienos davinio):			48.243	38.131	144.883	1110.582

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:



Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



4 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su braškėmis (tausojantis)	SB-3(19)T	200/10	8.022	8.453	31.449	242.771
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			8.422	8.853	44.449	299.971
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis, tausojantis)	BG1-3/39AT	150	1.508	3.153	11.351	79.812
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	VšĮ-TM-K004	80 (60/20)	13.095	8.691	4.851	150.030
Perlinis kuskusas (augalinis, tausojantis) (1)	VšĮ-TM-Gr003	80	3.392	0.424	20.896	100.944
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	SB-2(29)A	80	0.674	3.167	5.429	52.879
Vanduo su citrina	VšĮ-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			20.059	17.145	52.452	444.355
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėtukai (varškė 9%) su viso grūdo miltais (tausojantis) (1,3,7)	SB/O-7(15)T	120	18.000	9.171	25.714	257.400
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			18.360	13.671	26.179	301.350
Iš viso (dienos davinio):			46.841	39.669	123.080	1045.676

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



4 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Plaktas omletas (tausojantis) (3,7)	SB-8(2)T	100	13.900	16.000	3.100	211.400
Skrudinta pusryčių duona (tausojantis) (1)	SB-16(4)T	10	0.878	0.500	5.767	31.078
Konservuoti žirneliai (augalinis)	SB-2(71)A	40	2.400	0.500	3.200	26.900
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			17.578	17.400	25.067	326.578
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lešų sriuba (augalinis, tausojantis)	Všl-TM-Sr026	150	4.950	0.660	17.080	94.060
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Vištienos maltinukas, keptas konvekciniame pečiulyje (tausojantis) (1,3)	SB-10(10)T	70	14.850	5.730	10.170	149.930
Bulvių košė su žiediniais kopūstais (tausojantis) (7)	SB-4(55)T	90	2.124	2.754	13.455	87.102
Virtų burokėlių ir šviežių agurkų salotos su šalto spaudimo aliejumi (augalinis)	SB-2(13)A	80	1.400	2.000	7.490	58.350
Vanduo su citrina	Všl-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			24.714	12.854	58.120	450.132
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jogurtiniai viso grūdo blynai (1,3,7)	SB-6(37)	140	11.550	7.840	35.338	258.113
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			11.910	12.340	35.803	302.063
Iš viso (dienos davinio):			54.202	42.594	118.990	1078.773

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos darželis
Direktorė
Larisa Bukinienė



4 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	SAM-ŠVSB-KO(2)	200	7.830	4.600	32.740	203.600
Sviestas (82%)	SC-V(16)	5	0.035	4.130	0.040	37.200
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			8.265	9.130	45.780	298.000
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais (augalinis, tausojantis) (1)	SB-1(2)AT	150	3.300	1.767	17.557	99.237
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Tilapių file troškinta grietinėleje (35 %) (tausojantis) (4,7)	SB-9(9)T	80 (60/20)	16.625	10.150	0.750	160.800
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	SB-3(47)AT	80	2.070	0.180	22.950	95.940
Pjaustyti pomidorai (augalinis)	VŠI-TM-D000.3	70	0.700	0.140	2.870	15.540
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			24.085	13.947	54.052	432.207
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas (tausojantis) (1,3,7)	SB-7(19)T	120	14.500	15.000	18.800	268.200
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			14.545	15.000	29.435	308.850
Iš viso (dienos davinio):			46.895	38.077	129.267	1039.057

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



4 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bananiniai varškės virtinukai (9%) su viso grūdo miltais (tausojančias)	SMG-7-3/67TPcV-10N	120	10.836	4.092	28.872	195.720
Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			11.596	8.992	42.337	296.870
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žaliųjų žirnelių sriuba (augalinis, tausojantis)	Všj-TM-Sr016	150	3.190	2.190	12.480	82.410
Skrebučiai (1)	Všj-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
Kiaulienos kukulis pomidorų padaže (tausojančias) (1,3)	SB-11(26)T	80 (70/10)	13.473	6.683	14.937	173.782
Brinkinti griekiai (augalinis, tausojantis)	Všj-TM-Gr018	80	3.528	0.872	19.408	99.200
Pekino kopūstų, kalafiorų ir virtų morkų salotos (7)	SB-2(14)	80	1.208	6.375	3.780	73.459
Vanduo su citrina	Všj-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			21.844	16.375	52.012	446.076
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynėliai su sūriu	SB-4(56)	130 (100/30)	10.540	12.000	27.750	261.160
Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			10.900	16.500	28.215	305.110
Iš viso (dienos davinio):			44.340	41.867	122.564	1048.056

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė



4 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 9:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė su moliūgais, sviestu (82%) ir cinamonu (tausojantis)	BG3-3/38T	200/5	5.288	2.380	48.200	235.358
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Sezoniniai vaisiai / daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			5.688	2.780	61.200	292.558
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	BG1-3/28AT	150	1.881	3.156	13.173	88.616
Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona (1)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis) (1)	SB/TR-10(8)T	80 (60/20)	12.120	9.350	8.158	163.618
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	BG4-3/65AT	90	1.854	0.093	16.964	76.107
Moliūgų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SB-2(65)A	80	0.700	2.050	6.000	43.350
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	150	0.050	0.030	0.690	3.240
Iš viso:			17.945	16.359	54.220	432.381
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižiniai varškės keksiukai (tausojantis)	SMG-7-8/183TV-10N	120	15.576	18.780	29.208	348.108
Ekologiškas pienas (2,5%)	SAM-Ž-GĖ(3013/3014)	100	2.800	2.500	4.700	52.500
Iš viso:			18.376	21.280	33.908	400.608
Iš viso (dienos davinio):			42.009	40.419	149.328	1125.547

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Greta Balandė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Kauno Tirkiliškių mokyklos-darželio
Direktorė
Larisa Bukinienė

