



PANEVĖŽIO LOPŠELIO-DARŽELIO „ŽVAIGŽDUTĖ“ DIREKTORIUS

ĮSAKYMAS DĖL PANEVĖŽIO LOPŠELIO-DARŽELIO „ŽVAIGŽDUTĖ“ 1-3 METŲ AMŽIAUS VAIKŲ GRUPĖS IR 4-7 METŲ AMŽIAUS VAIKŲ GRUPĖS 15 DIENŲ VALGIARAŠČIOPATVIRTINIMO

2024 m. birželio 19 d. Nr. V-
108Panevėžys

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymu Nr. V-964 (aktuali redakcija) patvirtintu Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašu, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2016 m. birželio 23 d. įsakymu Nr. V-836 (aktuali redakcija) patvirtintomis Rekomenduojamomis paros maistinių medžiagų ir energijos normomis, Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos direktoriaus 2015 m. birželio 22 d. įsakymu Nr. B1-610 (aktuali redakcija) patvirtintu Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašu, Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“ nuostatų, patvirtintų Panevėžio miesto savivaldybės tarybos 2024 m. gegužės 30 d. sprendimu Nr. 1-265, 22.5.3 papunkčiu:

1. T v i r t i n u Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“ 1-3 metų amžiaus vaikų grupės 15 dienų valgiaraštį (pridedama).
2. T v i r t i n u Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“ 4-7 metų amžiaus vaikų grupės 15 dienų valgiaraštį (pridedama).
3. Atsakomybę už šio įsakymo kontrolę pasilieku sau.

Direktorė

Jurgita Ablėnė

1 savaitė, pirmadienis

1–3 metų amžiaus

PATVIRTINTA

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė su cinamonu (tausojantis) (P)*	IN001	150,00	4,55	3,16	31,13	171
Sūrio lazdelės	IN002	20,00	5,20	4,20	0,40	60
Kmynų arbata	IN108	100,00	0,09	0,07	0,23	2
Iš viso:			9,84	7,43	31,76	233

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN060	100,00	0,40	0,40	13,00	57
Iš viso:			0,40	0,40	13,00	57

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta morkų sriuba (augalinis, tausojantis) (G)	IN085	100,00	0,79	1,46	6,25	41
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Paukštienos maltinis (tausojantis) (G, K)*	IN092	80,00	14,82	11,41	2,52	172
Baltas padažas (tausojantis) (P)*	IN105	20,00	1,83	8,15	0,40	82
Grikiai su morkomis ir cukinija (tausojantis)	IN102	80,00	2,77	3,60	15,14	104
Šviežių daržovių rinkinukas PAPRIKA, POMIDORAS, AGURKAS (augalinis)	IN043	120,00	1,24	0,36	5,20	29
Stalo vanduo pietums (tausojantis)	IN111	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			23,67	25,37	44,90	503

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su grūdėta varške ir uogiene (G, P, K)*	IN093	150,00	13,00	10,82	46,53	336
Sausainis	IN052	25,00	2,28	3,00	12,25	85
Kmynų arbata	IN108	100,00	0,09	0,07	0,23	2
Iš viso:			15,37	13,89	59,01	423
Iš viso (dienos davinio):			49,28	47,09	148,67	1216

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

1 savaitė, antradienis

1–3 metų amžiaus

PATVIRTINTA

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Penkių grūdų košė su sviestu (tausojantis) (* P)	IN094	150,00	5,28	5,84	22,87	165
Duona su tepamu sūriu (tausojantis) (G)*	IN075	45,00	3,77	3,00	17,22	111
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			9,05	8,84	40,09	276

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN046	100,00	1,20	0,30	23,10	100
Iš viso:			1,20	0,30	23,10	100

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su mėsos kukuliais (tausojantis) (K, P)	IN095	100,00	2,89	5,90	4,29	82
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Troškinta jautiena grietinės padaže (tausojantis) (G, P)*	IN096	90,00	18,00	10,80	2,60	180
Virtos bulvės (tausojantis)	IN067	50,00	1,00	0,11	8,15	38
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	IN031	120,00	2,03	3,30	6,46	64
Stalo vanduo su citrina	IN020	100,00	0,04	0,02	0,49	2
Iš viso:			26,18	20,52	37,38	439

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su uogiene (tausojantis) (P)*	IN025	150,00	5,26	5,64	34,76	211
Traputis	IN055	10,00	0,71	0,10	6,36	29
Pienas (tausojantis) (P)*	IN103	100,00	3,40	2,50	4,90	56
Iš viso:			9,37	8,24	46,02	371
Iš viso (dienos davinio):			45,00	37,99	136,49	1068

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

PATVIRTINTA

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

1 savaitė, trečiadienis

1–3 metų amžiaus

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su uogiene (tausojantis) (G, P)	IN026	150,00	5,78	4,55	37,55	214
Sūrio lazdelės	IN002	20,00	5,20	4,20	0,40	60
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			10,98	8,75	37,95	274

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN106	100,00	0,70	0,30	14,50	64
Iš viso:			0,70	0,30	14,50	64

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai (augalinis, tausojantis) (K, P)*	IN070	150,00	4,44	2,70	13,87	98
Plovas su vištiena (tausojantis)	IN110	150,00	16,91	11,50	20,07	251
Šviežių daržovių rinkinukas PAPRIKA, POMIDORAS, AGURKAS (augalinis)	IN043	120,00	1,24	0,36	5,20	29
Stalo vanduo su citrina	IN020	100,00	0,04	0,02	0,49	2
Iš viso:			22,63	14,58	39,63	380

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (P, G, K)*	IN005	100,00	16,97	14,89	23,58	296
Natūralaus jogurto ir uogienės padažas (tausojantis)	IN007	30,00	0,80	0,54	9,01	44
Sausainis	IN052	25,00	2,28	3,00	12,25	85
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			20,05	18,43	44,84	425
Iš viso (dienos davinio):			54,36	42,06	136,92	1144

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

PATVIRTINTA

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

1 savaitė, ketvirtadienis

1–3 metų amžiaus

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virta kiaušienė (tausojantis) (K, P)*	IN038	80,00	6,99	9,62	2,31	124
Žirneliai konservuoti	IN112	35,00	0,26	0,12	1,10	7
Batonas su sviestu (tausojantis) (G)*	IN017	30,00	1,89	6,44	12,23	114
Kmynų arbata	IN108	100,00	0,09	0,07	0,23	2
Iš viso:			9,23	16,25	15,87	247

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN050	100,00	0,40	0,30	13,40	58
Iš viso:			0,40	0,30	13,40	58

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta cukinijų ir pomidorų sriuba (augalinis, tausojantis)	IN109	100,00	1,13	4,85	4,59	67
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Žemaičių blynai (tausojantis) (K)*	IN083	115,00	9,76	14,53	24,96	270
Sviesto ir grietinės padažas (tausojantis) (P)*	IN013	20,00	0,29	11,20	0,39	104
Šviežių daržovių rinkinukas, PAPRIKA, AGURKAI, ŽIEDINIAI KOPŪSTAI (augalinis)	IN044	120,00	1,84	0,40	5,36	32
Stalo vanduo pietums (tausojantis)	IN111	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			15,24	31,37	50,69	546

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis) (P)*	IN076	150,00	7,00	5,06	31,19	198
Sausainis	IN052	25,00	2,28	3,00	12,25	85
Kmynų arbata	IN108	100,00	0,09	0,07	0,23	2
Iš viso:			9,37	8,13	43,67	285
Iš viso (dienos davinio):			34,24	56,05	123,63	1136

*Alergenai: G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

PATVIRTINTA

1 savaitė, penktadienis

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

1–3 metų amžiaus

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis) (P, K, G)*	IN006	150,00	20,12	23,42	19,01	367
Natūralaus jogurto ir uogienės padažas (tausojantis)	IN007	30,00	0,80	0,54	9,01	44
Traputis kukurūzų	IN056	10,00	0,71	0,10	6,36	29
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			21,63	24,06	34,38	441

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN048	100,00	0,70	0,40	17,60	77
Iš viso:			0,70	0,40	17,60	77

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba (tausojantis)	IN099	100,00	5,20	1,67	16,67	103
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Lašišos maltinis (tausojantis) (Ž, K, G)*	IN100	70,00	14,74	11,66	4,03	180
Bulvių košė (tausojantis) (P)*	IN086	50,00	1,06	2,33	6,77	52
Burokėlių ir raugintų kopūstų salotos (augalinis)	IN107	60,00	0,83	1,76	4,20	36
Šviežių daržovių rinkinukas BROKOLIS (augalinis)	IN088	50,00	1,50	0,20	2,85	19
Stalo vanduo su citrina	IN020	100,00	0,04	0,02	0,49	2
Iš viso:			25,59	18,03	50,40	466

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
6 grūdų kruopų košė su sviestu (tausojanti) (P)	IN008	150,00	6,06	6,14	24,49	177
Sūrio lazdelės	IN002	20,00	5,20	4,20	0,40	60
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			11,26	10,34	24,89	238
Iš viso (dienos davinio):			59,18	52,83	127,27	1221

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė su obuoliais (tausojantis) (P)	IN114	150,00	6,57	3,54	24,15	155
Sūrio lazdelės	IN002	20,00	5,20	4,20	0,40	60
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			11,77	7,74	24,55	215

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN050	100,00	0,40	0,30	13,40	58
Iš viso:			0,40	0,30	13,40	58

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (P)*	IN009	100,00	0,99	3,46	5,18	56
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Bulvių plokštainis su vištiena (tausojantis) (P, K, G)*	IN011	100,00	13,04	12,58	29,94	285
Sviesto ir grietinės padažas (tausojantis) (P)*	IN013	20,00	0,29	11,20	0,39	104
Šviežių daržovių rinkinukas PAPRIKA, POMIDORAS, AGURKAS (augalinis)	IN043	120,00	1,24	0,36	5,20	29
Stalo vanduo su citrina	IN020	100,00	0,04	0,02	0,49	2
Iš viso:			17,82	28,01	56,59	550

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai su obuoliais (tausojantis) (G, P, K)*	IN012	100,00	6,24	10,33	32,51	248
Natūralaus jogurto ir uogienės padažas (tausojantis)	IN007	30,00	0,80	0,54	9,01	44
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			7,04	10,87	41,52	292
Iš viso (dienos davinio):			37,03	46,92	136,06	1115

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

2 savaitė, antradienis

1–3 metų amžiaus

PATVIRTINTA

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su „Džiugo“ sūriu (tausojantis) (K, P, G)	IN019	100,00	11,55	16,17	4,74	211
Batonas (G)*	IN059	23,00	1,82	1,04	11,94	64
Agurkas pusryčiams (augalinis)	IN104	30,00	0,24	0,06	0,69	4
Kmynų arbata	IN108	100,00	0,09	0,07	0,23	2
Iš viso:			13,70	17,34	17,60	281

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN046	100,00	1,20	0,30	23,10	100
Iš viso:			1,20	0,30	23,10	100

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai (augalinis, tausojantis) (K, P)*	IN070	150,00	4,44	2,70	13,87	98
Kiaulienos kukulis (tausojantis) (G, K)*	IN023	80,00	12,12	20,66	4,65	253
Rausvasis padažas (tausojantis) (G, P)*	IN024	30,00	0,81	2,51	2,89	37
Virtos bulvės (tausojantis)	IN067	55,00	1,10	0,12	8,97	41
Raugintų kopūstų salotos su obuoliais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	IN057	60,00	0,63	3,51	4,27	51
Šviežias AGURKAS (augalinis)	IN021	50,00	0,40	0,10	1,15	7
Stalo vanduo pietums (tausojantis)	IN111	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			19,50	29,60	35,80	488

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių košė su uogiene (tausojantis) (P)*	IN025	150,00	5,26	5,64	34,76	211
Batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu (tausojantis) (G)*	IN027	42,00	4,70	9,63	11,68	152
Kmynų arbata	IN108	100,00	0,09	0,07	0,23	2
Iš viso:			10,05	15,34	46,67	365
Iš viso (dienos davinio):			44,45	62,58	123,17	1234

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

PATVIRTINTA

2 savaitė, trečiadienis

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

1–3 metų amžiaus

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su uogiene (tausojantis) (G, P)	IN026	150,00	5,78	4,55	37,55	214
Sūrio lazdelės	IN002	20,00	5,20	4,20	0,40	60
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			10,98	8,75	37,95	274

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN060	100,00	0,40	0,40	13,00	57
Iš viso:			0,40	0,40	13,00	57

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avinžirnių sriuba (tausojantis, augalinis)	IN091	100,00	2,93	1,54	11,81	73
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Grietinėleje troškinta kalakutiena su morkomis (G, P)	IN029	100,00	16,52	16,33	5,28	234
Virti ryžiai (tausojantis)	IN030	50,00	1,52	1,83	13,13	75
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	IN031	120,00	2,03	3,30	6,46	64
Stalo vanduo su citrina	IN020	100,00	0,04	0,02	0,49	2
Iš viso:			25,26	23,41	52,56	522

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėtukai (tausojantis) (P, G, K)*	IN032	100,00	13,86	7,33	20,47	203
Sviesto ir grietinės padažas (tausojantis) (P)*	IN013	20,00	0,29	11,20	0,39	104
Traputis kvietinis	IN055	10,00	1,06	0,20	6,22	31
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			15,21	18,73	27,08	338
Iš viso (dienos davinio):			51,85	51,29	130,59	1191

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis) (P, K, G)*	IN006	150,00	20,12	23,42	19,01	367
Natūralaus jogurto ir uogienės padažas (tausojantis)	IN007	30,00	0,80	0,54	9,01	44
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			20,92	23,96	28,02	411

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN048	100,00	0,70	0,40	17,60	77
Iš viso:			0,70	0,40	17,60	77

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais (tausojantis) (P)	IN040	100,00	2,07	3,54	13,90	96
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Kiaulienos - jautienos maltinis (tausojantis) (G, K)	IN034	70,00	12,67	17,71	3,34	223
Grikių su morkomis ir cukinija (tausojantis)	IN102	60,00	2,08	2,70	11,35	78
Kopūstų salotos su morkom ir obuoliais (augalinis)	IN018	80,00	0,86	6,53	5,78	85
Šviežias AGURKAS (augalinis)	IN021	40,00	0,32	0,08	0,92	6
Stalo vanduo pietums (tausojantis)	IN111	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			20,22	30,95	50,68	562

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pienišką perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (G, P)	IN015	100,00	3,92	4,70	15,83	121
Sausainis	IN052	25,00	2,28	3,00	12,25	85
Iš viso:			6,20	7,70	28,08	206
Iš viso (dienos davinio):			48,04	63,01	124,38	1257

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

PATVIRTINTA

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

2 savaitė, penktadienis

1–3 metų amžiaus

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virta kiaušiniene (tausojantis) (K, P)*	IN038	80,00	6,99	9,62	2,31	124
Marinuotas agurkas	IN039	35,00	0,26	0,12	1,10	7
Batonas su sviestu (tausojantis) (G)*	IN017	30,00	1,89	6,44	12,23	114
Kakava su pienu (P)*	IN077	100,00	2,16	1,67	6,64	50
Iš viso:			11,30	17,85	22,28	295

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN051	100,00	0,70	0,10	7,70	35
Iš viso:			0,70	0,10	7,70	35

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba (tausojanti) (G, P)*	IN033	100,00	1,89	3,67	13,34	94
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Kepta lašiša su žolelėmis (Ž)*	IN041	70,00	13,04	13,22	3,65	186
Virti ryžiai (tausojantis)	IN030	50,00	1,52	1,83	13,13	75
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	IN042	50,00	0,66	2,92	3,78	44
Šviežių daržovių rinkinukas BROKOLIS (augalinis)	IN088	50,00	1,50	0,20	2,85	19
Stalo vanduo su citrina	IN020	100,00	0,04	0,02	0,49	2
Iš viso:			20,87	22,25	52,63	494

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (P)*	IN036	150,00	4,75	4,91	27,07	171
Keptas sumuštinis su varške ir obuoliais (tausojantis) (G, P)*	IN037	50,00	4,38	2,50	16,16	105
Pienas (tausojantis) (P)*	IN103	100,00	3,40	2,50	4,90	56
Iš viso:			12,53	9,91	48,13	332
Iš viso (dienos davinio):			45,40	50,11	130,74	1156

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jū produktai, K - Kiaušiniai ir jū produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

PATVIRTINTA

3 savaitė, pirmadienis

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

1–3 metų amžiaus

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti makaronai (tausojantis)	IN061	110,00	6,53	0,70	35,58	175
Sviesto ir grietinės padažas (tausojantis) (P)*	IN013	20,00	0,29	11,20	0,39	104
Sūrio lazdelės	IN002	20,00	5,20	4,20	0,40	60
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			12,02	16,10	36,37	338

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN047	100,00	1,00	0,60	13,90	65
Iš viso:			1,00	0,60	13,90	65

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (G, P)*	IN064	100,00	2,02	3,67	14,61	100
Batonas (G)*	IN059	23,00	1,82	1,04	11,94	64
Kopūstainis (tausojantis) (K)*	IN066	80,00	12,30	20,40	6,97	261
Rausvasis padažas (tausojantis) (G, P)*	IN024	30,00	0,81	2,51	2,89	37
Virtos bulvės (tausojantis)	IN067	55,00	1,10	0,12	8,97	41
Marinuotas agurkas	IN039	30,00	0,22	0,10	0,94	6
Ridikėlių ir agurkų salotos (P)*	IN113	90,00	1,12	5,98	2,70	69
Stalo vanduo su citrina	IN020	100,00	0,04	0,02	0,49	2
Iš viso:			19,43	33,84	49,51	580

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su uogiene (G, P, K)*	IN045	120,00	6,52	8,07	43,40	272
Traputis kukurūzų	IN056	10,00	0,71	0,10	6,36	29
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			7,23	8,17	49,76	301
Iš viso (dienos davinio):			39,68	58,71	149,54	1285

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

3 savaitė, antradienis
1–3 metų amžiaus

PATVIRTINTA
Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“
direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Penkių grūdų košė su sviestu (tausojantis) (* P)	IN094	150,00	5,28	5,84	22,87	165
Duona su tepamu sūriu (tausojantis) (G)*	IN075	45,00	3,77	3,00	17,22	111
Kmynų arbata	IN108	100,00	0,09	0,07	0,23	2
Iš viso:			9,14	8,91	40,32	278

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN060	100,00	0,40	0,40	13,00	57
Iš viso:			0,40	0,40	13,00	57

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta cukinijų sriuba (tausojantis) (G, P)*	IN097	100,00	0,84	3,43	4,71	53
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Vištiena troškinta grietinėlėje (tausojantis) (G, P)	IN074	100,00	14,03	15,42	3,39	208
Virti makaronai (tausojantis)	IN061	120,00	7,12	0,76	38,82	191
Morkų ir obuolių salotos (augalinis)	IN072	120,00	0,79	5,43	12,15	101
Stalo vanduo pietums (tausojantis)	IN111	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			25,00	25,43	74,46	627

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėtukai (tausojantis) (P, G, K)*	IN032	100,00	13,86	7,33	20,47	203
Sviesto ir grietinės padažas (tausojantis) (P)*	IN013	20,00	0,29	11,20	0,39	104
Traputis kukurūzų	IN056	10,00	0,71	0,10	6,36	29
Kmynų arbata	IN108	100,00	0,09	0,07	0,23	2
Iš viso:			14,95	18,70	27,45	338
Iš viso (dienos davinio):			49,49	53,44	155,23	1300

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

3 savaitė, trečiadienis
1–3 metų amžiaus

PATVIRTINTA

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis) (P)*	IN076	150,00	7,00	5,06	31,19	198
Sausainis	IN052	25,00	2,28	3,00	12,25	85
Kakava su pienu (P)*	IN077	100,00	2,16	1,67	6,64	50
Iš viso:			11,44	9,73	50,08	334

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN048	100,00	0,70	0,40	17,60	77
Iš viso:			0,70	0,40	17,60	77

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis, augalinis)	IN065	100,00	3,74	2,30	13,63	90
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Plovas su kalakutiena (tausojantis)	IN115	150,00	19,36	5,92	20,16	211
Šviežių daržovių rinkinukas, PAPRIKA, AGURKAI, ŽIEDINIAI KOPŪSTAI (augalinis)	IN044	120,00	1,84	0,40	5,36	32
Stalo vanduo su citrina	IN020	100,00	0,04	0,02	0,49	2
Iš viso:			27,20	9,03	55,03	410

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis) (P)*	IN081	100,00	4,51	3,32	20,53	130
Batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu (tausojantis) (G)*	IN027	42,00	4,70	9,63	11,68	152
Nesaldinta vaisinė arbata	IN003	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			9,21	12,95	32,21	282
Iš viso (dienos davinio):			48,55	32,11	154,92	1103

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

3 savaitė, ketvirtadienis
1–3 metų amžiaus

PATVIRTINTA

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (P)*	IN036	150,00	4,75	4,91	27,07	171
Sūrio lazdelės	IN002	20,00	5,20	4,20	0,40	60
Kmynų arbata	IN108	100,00	0,09	0,07	0,23	2
Iš viso:			10,04	9,18	27,70	234

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN106	100,00	0,70	0,30	14,50	64
Iš viso:			0,70	0,30	14,50	64

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (K, P)*	IN082	100,00	1,77	4,24	5,20	66
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Žemaičių blynai (tausojantis) (K)*	IN083	105,00	8,91	13,27	22,79	246
Sviesto ir grietinės padažas (tausojantis) (P)*	IN013	20,00	0,29	11,20	0,39	104
Šviežių daržovių rinkinukas PAPRIKA, POMIDORAS, AGURKAS (augalinis)	IN043	120,00	1,24	0,36	5,20	29
Stalo vanduo pietums (tausojantis)	IN111	100,00	0,00	0,00	0,00	0
Iš viso:			14,43	29,46	48,97	519

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (P, G, K)*	IN005	100,00	16,97	14,89	23,58	296
Natūralaus jogurto ir uogienės padažas (tausojantis)	IN007	30,00	0,80	0,54	9,01	44
Sausainis	IN052	25,00	2,28	3,00	12,25	85
Kmynų arbata	IN108	100,00	0,09	0,07	0,23	2
Iš viso:			20,14	18,50	45,07	427
Iš viso (dienos davinio):			45,31	57,44	136,24	1243

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

PATVIRTINTA

3 savaitė, penktadienis

Panevėžio lopšelio-darželio „Žvaigždutė“

1–3 metų amžiaus

direktoriaus 2024 m. birželio 19 d. įsakymu Nr. V-108

Pusryčiai 8.20 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis su batonu ir sviestu (tausojantis) (G, K)	IN084	80,00	7,75	13,10	14,03	205
Žirneliai konservuoti	IN112	30,00	0,22	0,10	0,94	6
Agurkas pusryčiams (augalinis)	IN104	30,00	0,24	0,06	0,69	4
Sūrio lazdelės	IN002	20,00	5,20	4,20	0,40	60
Kmynų arbata	IN108	100,00	0,09	0,07	0,23	2
Iš viso:			13,50	17,53	16,29	277

Priešpiečiai 9.55 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vaisiai	IN046	100,00	1,20	0,30	23,10	100
Iš viso:			1,20	0,30	23,10	100

Pietūs 11.40 – 12.55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avinžirnių sriuba (tausojantis, augalinis)	IN091	100,00	2,93	1,54	11,81	73
Duona (G)*	IN010	30,00	2,22	0,39	15,39	74
Kepta lašiša su žolelėmis (Ž)*	IN041	70,00	13,04	13,22	3,65	186
Virti ryžiai (tausojantis)	IN030	60,00	1,83	2,19	15,75	90
Burokėlių ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	IN087	70,00	0,91	3,35	6,88	61
Žiedinis kopūstas (augalinis)	IN080	40,00	1,00	0,12	1,80	12
Stalo vanduo su citrina	IN020	100,00	0,04	0,02	0,49	2
Iš viso:			21,97	20,83	55,77	498

Vakarienė 15.10 – 15.50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti makaronai (tausojantis)	IN061	150,00	8,90	0,95	48,52	238
Sviesto ir grietinės padažas (tausojantis) (P)*	IN013	20,00	0,29	11,20	0,39	104
Traputis kukurūzų	IN156	10,00	0,71	0,10	6,36	29
Iš viso:			9,90	12,25	55,27	371
Iš viso (dienos davinio):			46,33	41,91	155,84	1186

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)