

Kauno lopšelis-darželis „Žingsnelis“

(Rasytės g 9 Kaunas)



15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(1-3 metų vaikų)

Be pieno ir pieno produktų, morkų, paprikų, kiaušinio
sulčių, liofilizuotų uogų, termiškai neapdoroto svogūno

Išskyrus: Graikišką jogurtą, kefyra, rūgpienį, grietinę, mocarellą, sūrio lazdelę, fermentinį sūrį

Patvirtintas
Naudojamas

2026-10-16
2026-10-19

Istaigos darbo laikas:
Nuo 7:00 iki 19:00

Maitinimo organizavimo
specialistė
Ingrida Remeikienė

2 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (augalinis)	50749	150	3,54	4,31	23,66	147,55
Trintos šaldytos uogos	5886	20	0,24	0,12	5,55	24,22
Sezoninių vaisių lėkštė	54678	60	0,60	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta juodoji arbata	33216	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			4,38	4,67	43,24	232,52

Pietūs 11:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos kukuliais (tausojantis)	94646	100/10	4,64	3,58	7,94	82,54
Orkaitėje kepti kalakutų kumpelių/šlaunelių mėsos kepsneliai (tausojantis)	69072	70	16,03	6,69	0,36	125,77
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	17097	80	1,60	0,08	15,76	70,16
Kopūstų salotos su agurku	114890	90	1,69	3,05	9,97	74,09
Vanduo su agurkais	37702	150	0,04	0,00	0,14	0,70
Iš viso maitinimui:			23,99	13,41	34,16	353,27

Vakarienė 15:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb (tausojantis)	9522	160/20	3,61	10,28	47,80	298,12
Nesaldinta juodoji arbata	1394	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			3,61	10,28	47,80	298,13
Iš viso dienai:			31,98	28,35	125,20	883,92

2 savaitė
Trečiadienis



Patvirtino:

Pusryčiai 08:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	50991	150	4,08	6,48	38,95	230,44
Sezoninių vaisių lėkštė	6766	90	0,63	0,18	16,20	68,94
Nesaldinta juodoji arbata	1394	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			4,71	6,66	55,15	299,40

Pietūs 11:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių ir raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	72026	100	1,52	3,11	11,82	81,32
Ruginė duona	22633	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Kalakutienos filė maltinis (tausojantis)	40944	70	13,43	5,71	2,42	114,84
Birus kuskusas (tausojantis)(augalinis)	5278	80	1,02	3,69	5,83	60,66
Burokėlių salotos su raugintu agurku	115366	90	0,95	0,29	6,30	31,57
Vanduo su uogomis	37699	150	0,04	0,02	0,27	1,40
Iš viso maitinimui:			18,32	13,06	43,71	365,65

Vakarienė 15:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Biri grikių krupų košė (augalinis tausojantis)	50992	150	7,92	6,74	42,39	261,90
Nesaldinta juodoji arbata	33217	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,92	6,74	42,39	261,93
Iš viso dienai:			30,95	26,46	141,26	926,97

Maitinimo organizavimo specialistė
Ingrida Remeikienė

2 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ilgagrūdžių ryžių košė (tausojantis) (augalinis)	50988	150	3,28	6,42	35,82	214,15
Sezoninių vaisių lėkštė	3915	80	0,24	0,24	9,68	41,84
Nesaldinta žalioji arbata	5835	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			3,52	6,66	45,50	255,99

Pietūs 11:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Brokolių moliūgų sriuba su žirneliais (augalinis, tausojantis)	105740	100	1,92	0,67	9,96	53,60
Lašišos filė ir sterko file maltinis (tausojantis)	33713	70	17,36	12,53	1,59	188,59
Biri griukų košė (tausojantis)(augalinis)	3536	80	3,96	0,87	21,20	108,45
Burokėlių salotos su raugintu agurku (augalinis)	114892	85	1,25	2,09	8,61	58,26
Vanduo su citrina	760	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			24,56	16,18	41,89	411,41

Vakarienė 15:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avinžirnių paplotėliai (tausojantis) (augalinis)	27647	100	5,69	8,65	44,02	276,67
Agurkai	86788	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Kefyras 2,5 proc.rieb	3146	100	0,56	0,23	0,66	1,23
Iš viso maitinimui:			6,04	8,65	45,42	283,70
Iš viso dienai:			34,11	31,49	132,81	951,10

Maitinimo organizavimo specialistė
Ingrida Remeikienė

2 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su moliūgais ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	34408	130/20	3,98	2,84	21,76	128,49
Sezoninių vaisių lėkštė	8197	100	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta juodoji arbata	1394	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			4,98	3,24	45,16	229,71

Pietūs 11:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba su ilgagrūdžiais ryžiais (augalinis) (tausojantis)	72287	100	1,69	1,25	15,98	81,90
Ruginė duona	22633	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Triušienos juosmeninės dalies file troškinta su daržovėmis (tausojantis)	69347	55/25	11,87	4,46	7,52	117,70
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	28182	60	1,20	0,06	11,82	52,62
Kopūstų salotos	11390	150	1,31	0,14	10,32	47,78
Vanduo	939	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			17,29	6,11	54,76	343,16

Vakarienė 15:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su bananais	31092	110	3,30	11,62	45,01	297,80
Nesaldinta vaisinė arbata	3146	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			3,30	11,62	45,01	297,83
Iš viso dienai:			25,57	23,43	144,93	870,69

Maitinimo organizavimo specialistė
Ingrida Remeikienė

3 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Penkių grūdų (kviečių, rugių, miežių, grikių ar kt.) košė (tausojantis)(augalinis)	51007	150	4,32	8,92	28,92	213,24
Sūrio lazdelės 45 proc.rieb	12572	20	5,23	4,15	0,08	62,3
Sezoninių vaisių lėkštė	54677	70	0,28	0,00	6,93	28,84
Nesaldinta žalioji arbata	5835	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			4,60	8,92	35,85	242,08
Pietūs 11:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Rūgštinių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	71929	100	2,10	1,19	15,74	82,06
Ruginė duona	22633	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Kiaulienos kumpio maltinukai su kopūstais ir plikytais ryžiais (tausojantis)	53055	50/15/5	7,26	5,59	6,39	104,90
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	23379	80	2,12	0,28	16,79	78,11
Raugintų kopūstų salotos	59188	80	0,63	2,01	3,11	32,98
Agurkai	78584	50	0,41	0,08	2,00	10,36
Vanduo su trintomis uogomis	37703	150	0,04	0,02	0,27	1,40
Iš viso maitinimui:			13,91	9,36	56,27	364,97
Vakarienė 15:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avinžirnių paplotėliai (tausojantis) (augalinis)	27647	100	5,69	8,65	44,02	276,67
Agurkai	86788	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Kefyras 2,5 proc.rieb	3146	100	0,56	0,23	0,66	1,23
Iš viso maitinimui:			13,00	18,01	11,33	259,44
Iš viso dienai:			31,52	36,29	103,45	866,49



3 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (augalinis)	51008	150	4,04	6,64	26,75	182,92
Sezoninių vaisių lėkštė	109527	100	0,30	0,30	12,10	52,30
Nesaldinta juodoji arbata	1394	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			4,34	6,94	38,85	235,24

Pietūs 11:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	72018	100	3,38	2,26	16,14	98,39
Orkaitėje kepti vištienos (šlaunelių/kumpelių mėsos) kepsneliai (tausojantis)	33556	70	13,57	6,12	0,36	110,76
Birus kuskusas (tausojantis)(augalinis)	5278	80	1,02	3,69	5,83	60,66
Kopūstų salotos	115367	90	0,85	0,05	6,60	30,25
Vanduo su citrina	760	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			18,88	12,13	29,46	345,33

Vakarienė 15:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti kukurūzų makaronai su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb.(tausojantis)	29663	150/20	3,10	8,25	40,00	246,65
Nesaldinta vaisinė arbata	3146	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			3,34	8,37	45,38	270,24
Iš viso dienai:			26,56	27,45	113,69	808,04

Maitinimo organizavimo specialistė
Ingrida Remeikienė

3 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ilgagrūdžių ryžių košė (tausojantis) (augalinis)	50988	150	3,28	6,42	35,82	214,15
Sezoninių vaisių lėkštė	54678	60	0,60	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta žalioji arbata	5835	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			3,88	6,66	49,86	274,87

Pietūs 11:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žiedinių kopūstų sriuba su žirneliais (augalinis, tausojantis)	72284	100	1,74	0,64	11,01	56,81
Kiaulienos kumpio maltinis (tausojantis)	53344	75	11,86	6,56	4,44	124,21
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	13055	80	1,60	0,08	15,76	70,16
Šviežių daržovių salotos	78583	150	1,30	0,15	9,95	46,35
Vanduo su apelsiniais	8499	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			16,55	7,43	41,74	345,06

Vakarienė 15:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	106160	200	6,18	10,78	43,60	296,12
Nesaldinta juodoji arbata	1394	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			6,18	10,78	43,60	296,14
Iš viso dienai:			26,61	24,88	135,19	871,10

Maitinimo organizavimo
specialistė
Ingrida Remeikienė

3 savaitė
Ketvirtadienis

Patvirtino:



Pusryčiai 08:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su moliūgais ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	34408	120/30	3,98	2,84	21,76	128,49
Sezoninių vaisių lėkštė	6273	70	0,49	0,14	12,60	53,62
Nesaldinta juodoji arbata	33216	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			5,37	3,18	37,76	232
Pietūs 11:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (bulvių, šaldytų žalių žirnelių) makaronų su vištienos krūtinėlių file sriuba (augalinis) (tausojantis)	105741	60/20/20	9,33	2,61	12,37	110,27
Lydekų file ir lašišos file apkepas (tausojantis)	33662	80	17,13	13,31	2,07	196,60
Troškinti moliūgai su porais, konservuotais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	40222	110	2,49	3,24	9,70	77,86
Žiedinių kopūstų salotos su agurku	78584	50	0,41	0,08	2,00	10,36
Vanduo su agurkais	37702	150	0,04	0,00	0,14	0,70
Iš viso maitinimui:			29,39	19,24	26,28	395,79
Vakarienė 15:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avinžirnių paplotėliai (tausojantis) (augalinis)	27647	100	5,69	8,65	44,02	276,67
Agurkai	95364	50	0,40	0,10	1,38	8,00
Nesaldinta juodoji arbata	1394	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			6,09	8,75	45,40	284,69
Iš viso dienai:			40,85	31,17	109,44	881,62

Maitinimo organizavimo
specialistė
Ingrida Remeikienė

3 savaitė
Pentadienis



Pusryčiai 08:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (augalinis)	51008	150	4,04	6,64	26,75	182,92
Trintos šaldytos uogos	28476	20	0,24	0,12	5,38	23,56
Sezoninių vaisių lėkštė	8004	70	0,63	0,07	8,19	35,91
Nesaldinta juodoji arbata	1394	150	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			4,91	6,83	40,32	242,41
Pietūs 11:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba su avinžirniais (augalinis) (tausojantis)	105751	100	2,27	1,95	14,27	83,74
Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsa troškinta su daržovėmis pomidorų padaže (tausojantis)	55850	60/30/25	11,47	8,14	8,43	152,83
Orkaitėje keptos bulvės su kmynais	40125	80	1,62	0,29	15,80	72,29
Burokėlių salotos	115368	90	0,81	0,11	4,95	24,01
Vanduo su apelsiniais	8499	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			16,21	10,50	44,03	365,5
Vakarienė 15:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti cukinijų kotletai (tausojantis) (augalinis)	40233	100	4,22	9,66	41,42	269,55
Agurkai	59756	60	0,53	0,14	2,73	14,28
Kefyras 2,5 proc.rieb	33216	200	0,52	0,46	1,06	12,35
Iš viso maitinimui:			6,50	10,27	57,69	320,3
Iš viso dienai:			27,62	27,59	142,04	926,96

Maitinimo organizavimo specialistė
Ingrida Remeikienė