

**2 savaitė**  
**Trečiadienis**

Lopšelinukai

Tvirtinu:

  
 Direktore  
 Birutė Jucaitytė  
 (pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30-9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška avižinių dribsnių košė su bananais ir kriaušėmis (tausojantis)	Kr0026	120/15/15	5.52	6.53	21.64	175.09
Duonos sumuštinis su putpelių kiaušiniams, agurku ir žirnių daigais (tausojantis)	U015	25/17/5/3	3.54	3.73	11.27	92.61
Kmynų arbata	G001	100	0.13	0.10	0.33	2.22
<b>Iš viso:</b>			<b>9.19</b>	<b>10.36</b>	<b>33.24</b>	<b>269.92</b>

Pietūs 11:50-12:30 val.

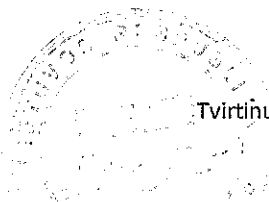
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Barščių sriuba (tausojantis)	1Sr	100	0.92	2.14	7.37	50.00
Ruginė duona		25	1.10	0.18	10.91	49.50
Kepti jautienos kukuliai su obuoliu (tausojantis)	12-7/143T	60	11.50	7.15	2.15	117.56
Jogurtinis padažas su žalumynais	14-1/21	20	0.78	2.45	1.18	29.88
Virti makaronai (tausojantis)	6-3/60T	60	3.61	1.78	16.34	96.73
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	S8	40	0.36	4.41	3.34	53.37
Pomidoras	D000.3	30	0.30	0.06	1.23	6.60
Stalo vanduo su mėtomis	G009	150	0.00	0.00	0.01	0.03
<b>Iš viso:</b>			<b>18.57</b>	<b>18.17</b>	<b>42.53</b>	<b>403.67</b>

Vakarienė 15:30-16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sklindžiai su obuoliais	M003	110	6.64	9.85	35.86	259.06
Trintos uogos	U034	20	0.24	0.00	2.40	8.20
Pienas		80	2.56	2.00	3.84	44.00
<b>Iš viso:</b>			<b>9.44</b>	<b>11.85</b>	<b>42.10</b>	<b>311.26</b>
<b>Iš viso (dlenos davinio):</b>			<b>37.20</b>	<b>40.38</b>	<b>117.87</b>	<b>984.85</b>

**2 savaitė**  
**Trečiadienis**

Darželinukai



Tvirtinu:

(pareigos, vardas, pavardė)

Pusryčiai 8:30-9:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška avižinių dribsnių košė su bananais ir kriaušėmis (tausojantis)	Kr0026	150/15/15	6.90	8.17	27.06	218.86
Duonos sumuštinis su putpelių kiaušiniams, agurku ir žirnių daigais (tausojantis)	U015	25/17/5/3	3.54	3.73	11.27	92.61
Kmynų arbata	G001	150	0.20	0.15	0.50	3.33
<b>Iš viso:</b>			<b>10.64</b>	<b>12.05</b>	<b>38.83</b>	<b>314.80</b>

Pietūs 11:50-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Barščių sriuba (tausojantis)	1Sr	150	1.36	3.21	11.03	75.00
Ruginė duona		30	1.32	0.22	13.09	59.40
Kepti jautienos kukuliai su obuoliu (tausojantis)	12-7/143T	80	15.33	9.54	2.86	156.74
Jogurtinis padažas su žalumynais	14-1/21	20	0.78	2.45	1.18	29.88
Virti makaronai (tausojantis)	6-3/60T	80	4.81	2.37	21.78	128.98
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	S8	50	0.44	5.52	4.18	66.71
Pomidoras	D000.3	40	0.40	0.08	1.64	8.80
Stalo vanduo su mėtomis	G009	150	0.00	0.00	0.01	0.03
<b>Iš viso:</b>			<b>24.44</b>	<b>23.39</b>	<b>55.77</b>	<b>525.54</b>

Vakarienė 15:30-16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sklindžiai su obuoliams	M003	140	8.44	12.53	45.64	329.72
Trintos uogos	U034	20	0.24	0.00	2.40	8.20
Pienas		100	3.20	2.50	4.80	55.00
<b>Iš viso:</b>			<b>11.88</b>	<b>15.03</b>	<b>52.84</b>	<b>392.92</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46.96</b>	<b>50.47</b>	<b>147.44</b>	<b>1233.26</b>

Ukmergės vaikų lopšelis-darželis "Žiogelis"

(staigos pavadinimas)

Tvirtinu:


  
 Direktori  
 Birutė Jusvičiūtė

(pareigos, vardas, pavardė)

Data:

2021-11-08

## TECHNOLOGINĖ KORTELĖ

Patiekalo pavadinimas: **Duonos sumuštinis su putpelių kiaušiniiais, agurku ir žirnių daigais (tausojantis)**

Receptūros Nr: **U015**

Maisto produkto pavadinimas	Kiekis		B	A	R	KCal
	Bruto	Neto				
Duona	25.00	25.00	1.10	10.91	0.18	49.65
Putpelių kiaušiniai	20.00	20.00	2.38	0.18	2.62	33.82
Aliejus	1.00	1.00			0.91	8.19
Agurkai	5.50	5.00	0.04	0.11	0.01	0.69
Žirnių daigai	4.10	3.00				
<b>Iš viso:</b>	<b>55.60</b>	<b>54.00</b>	<b>3.52</b>	<b>11.20</b>	<b>3.72</b>	<b>92.35</b>
<b>Išėiga:</b>	<b>50 (25/17/5/3)</b>					

Putpelių kiaušiniai nuplaunami. Po to kiaušiniai kepami keptuvėje su aliejumi +150-+160C. temperatūroje apie 2-3 min. Agurkai plaunami ir supjaustomi griežinėliais. Ant duonos dedamas keptas putpelės kiaušinis, agurkas ir viršus papuošiamas žirnių daigais. Realizavimo laikas iki 4 val.

Už mitybą atsakingas asmuo:

(parašas)

(pareigos, vardas, pavardė)

Ukmergės vaikų lopšelis-darželis "Žiogelis"

(įstaigos pavadinimas)

Tvirtinų:

*Dirktorė*  
*Dir. Alė Jusavičiūtė*  


Data:

(pareigos, vardas, pavardė)

2021-11-08

## TECHNOLOGINĖ KORTELE

Lopšelinukai

Patiekalo pavadinimas: **Pieniška avižinių dribsnių košė su bananais ir kriaušėmis (tausojantis)**

Receptūros Nr: **Kr0026**

Maisto produkto pavadinimas	Kiekis		B	A	R	KCal
	Bruto	Neto				
Avižiniai dribsniai	18.40	18.40	2.02	10.30	1.27	60.74
Pienas	104.00	104.00	3.33	4.99	2.60	56.68
Sviestas	3.20	3.20	0.02	0.02	2.62	23.78
Joduota druska	0.28	0.28				
Cinamonas	0.08	0.08				
Cukrus	2.00	2.00	0.01	1.99		8.00
Bananai	16.80	12.00	0.14	2.78	0.04	11.99
Kriaušės	13.32	12.00		1.56		6.24
<b>Iš viso:</b>	<b>158.08</b>	<b>151.96</b>	<b>5.52</b>	<b>21.64</b>	<b>6.53</b>	<b>167.43</b>
<b>Išėja:</b>	<b>120 (120/15/15)</b>					

Avižinius dribsnius palengva suberti į verdantį, pasūdytą pieną ir virti 5-10 min., kol dribsniai suminkštės ir sugers visą pieną. Košę paskaninti sviestu, cukrumi ir cinamonu ir išmaišyti, uždengti ir palikti 5-8 min., kad dribsniai išbrinktų. Bananai plunami, valomi ir supjaustomi griežinėliais. Košė patiekama su bananais. Vidinė gaminių temperatūra ne mažesnė kaip +75C. Patiekimo temperatūra ne mažesnė kaip +65C. Realizavimo laikas iki 4val.

Už mitybą atsakingas asmuo:

(parašas)

(pareigos, vardas, pavardė)

Ukmergės vaikų lopšelis-darželis "Žiogelis"

(Istaigos pavadinimas)

Tvirtinu:

*Dietinė  
Edukacinė*  
*[Signature]*  
(pareigos, vardas, pavardė)  
2021-11/08

Data:

## TECHNOLOGINĖ KORTELĖ

Darželinukai

Patiekalo pavadinimas: **Pieniška avižinių dribsnių košė su bananais ir kriaušėmis (tausojantis)**

Receptūros Nr: **Kr0026**

Maisto produkto pavadinimas	Kiekis		B	A	R	KCal
	Bruto	Neto				
Avižiniai dribsniai	23.00	23.00	2.53	12.88	1.59	75.92
Pienas	130.00	130.00	4.16	6.24	3.25	70.85
Sviestas	4.00	4.00	0.02	0.03	3.28	29.73
Joduota druska	0.35	0.35				
Cinamonas	0.10	0.10				
Cukrus	2.50	2.50	0.01	2.49		10.00
Bananai	21.00	15.00	0.18	3.47	0.05	14.99
Kriaušės	16.65	15.00		1.95		7.80
<b>Iš viso:</b>	<b>197.60</b>	<b>189.95</b>	<b>6.90</b>	<b>27.06</b>	<b>8.17</b>	<b>209.29</b>
<b>Išveiga:</b>	<b>150 (150/15/15)</b>					

Avižinius dribsnius palengva suberti į verdantį, pasūdytą pieną ir virti 5-10 min., kol dribsniai suminkštės ir sugers visą pieną. Košę paskaninti sviestu, cukrumi ir cinamonu ir išmaišyti, uždengti ir palikti 5-8 min., kad dribsniai išbrinktų. Bananai plaunami, valomi ir supjaustomi griežinėliais. Košė patiekama su bananais. Vidinė gaminio temperatūra ne mažesnė kaip +75C. Patiekimo temperatūra ne mažesnė kaip +65C. Realizavimo laikas iki 4val.

Už mitybą atsakingas asmuo:

(parašas)

(pareigos, vardas, pavardė)