

Joniškio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“

Statybininkų g. 5, 84124 Joniškis

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

1-3 m.

(amžiaus grupė)



Joniškio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktore, Rita Silinienė
Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (T) (G, K, P)*	K.3.5	120.00	17.81	13.12	15.19	250
Jogurtas su uogiene (P)*	P.6.9	30.00	0.81	0.71	8.3	43
Juodoji arbata	G.7.2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			18.62	13.83	23.49	293

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Obuoliai	U.9.11-1	146.00	0.58	0.58	18.98	83
Iš viso:			0.58	0.58	18.98	83

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba (A, T)	Sr.2.111	100.00	0.92	2.46	3.97	42
Skrebutis (G)*	U.9.40	25.00	2.75	0.2	11.25	58
Keptas kiaulienos ir jautienos kukulis (T) (K)*	K.3.21-1	70.00	12.22	8.94	5.32	151
Rausvasis padažas (G, P)*	P.6.15	15.00	0.56	0.58	2.02	16
Virtos bulvės (A, T)	Gr.4.8	70.00	1.44	0.08	13.19	59
Agurkų, pomidorų salotos (A, T)	S.5.12	70.00	0.62	4.43	2.32	52
Konservuoti žirneliai (A, T)	S.5.5	25.00	1.38	0.18	1.85	15
Iš viso:			19.89	16.87	39.92	391

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižų kruopų košė su bananais (A, T) (G)*	Ks.1.33	180.00	5.54	4.23	30.54	182
Šilauogės	U.5.39	20.00	0.14	0.06	2.3	10
Šviesi duona su lydytu sūreliu (G, P)*	U.9.251	40.00	3.01	3.46	14.52	101
Ramunėlių arbata	G.7.2-1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.69	7.75	47.36	294
Iš viso dienos davinio:			47.78	39.03	129.75	1061

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



Joniškio rajono savivaldybės lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktoriė, Rita Šilnienė
1 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Skryliai su varške (T) (G, K, P)*	K.3.7	130.00	13.71	5.75	40.15	267
Grietinė (P)*	P.6.4	15.00	0.36	4.5	0.47	44
Juodoji arbata	G.7.2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			14.07	10.25	40.62	311

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Nektarinai	U.9.11-5	97.00	1.07	0.29	10.28	48
Grūdų traputis	U.9.14	10.00	1.06	0.32	7.47	37
Iš viso:			2.13	0.61	17.75	85

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Cukinių sriuba su žiediniu kopūstu (A, T) (SA)*	Sr.2.1814	100.00	0.94	3.34	5.27	55
Ruginė duona (G)*	U.9.2	20.00	1.32	0.26	9.64	46
Kepta jūros lydekų filė (T) (K, Ž)*	K.3.6	70.00	20.06	11.81	7.23	215
Ryžių kruopos su ciberžole (A, T)	Gr.4.11	60.00	1.89	1	16.43	82
Švieži agurkai	S.5.9	35.00	0.28	0.07	0.81	5
Švieži pomidorai	S.5.10	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Sultenė	S.5.27	10.00	0.2	0.04	0.36	3
Iš viso:			24.99	16.58	40.97	413

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su sviestu (T) (P)*	Ks.1.6	150.00	4.74	3.02	26	150
Ruginė duona su sviestu ir pomidoru (G, P)*	U.9.7	51.00	1.96	5.34	13.47	110
Raudonoji arbata	G.7.3	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			6.7	8.36	39.47	260
Iš viso dienos davinio :			47.89	35.8	138.81	1069

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



Joniškių vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu ir cinamonu (T) (G, P)*	Ks.1.7-2	150.00	5.66	4.04	26.19	164
Uogienė	P.6.8	12.00	0.07	0.04	6.97	29
Kepti sumuštiniai su obuoliais (G, P)*	U.9.8	51.00	3.3	2.37	17.87	106
Mėtų arbata	G.7.2-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.03	6.45	51.03	298

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Braškės	U.9.11-9	75.00	0.68	0.3	7.28	35
Geriamas jogurtas su braškėmis (P)*	U.9.37	100.00	2.9	1.5	4.9	45
Iš viso:			3.58	1.8	12.18	79

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (A, T)	Sr.2.12	100.00	2.85	2.41	11.71	80
Ruginė duona (G)*	U.9.2	20.00	1.32	0.26	9.64	46
Vištienos šlaunelių mėsos kepsneliai (T)	K. 3.50	60.00	15.39	4.89	0.25	107
Bulvių košė (T) (P)*	Gr.4.9	60.00	1.74	3.03	10.52	76
Troškinti žali žirneliai (A, T)	S.5.55	15.00	0.09	0.77	1.32	13
Pekino kopūstų, pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi	S.5.11	70.00	0.64	3.93	2.25	47
Iš viso:			22.03	15.29	35.69	368

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su daržovių padažu ir fermentiniu sūriu (T) (G, P)*	K.3.191	165.00	10.58	12.69	28.21	269
Juodoji arbata	G.7.2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.58	12.69	28.21	269
Iš viso dienos davinio :			45.22	36.23	127.11	1015

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



Joniškio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Joniškio vaikų lopšelis-darželis
1 Savaitė, Ketvirtadienis
„Saulutė“

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis (A, T) (G)*	Ks.1.15-1	150.00	3.86	2.95	29.48	160
Keptas sumuštinis su fermentinius sūriu (T) (G, P)*	U.9.271	61.00	8.81	4.98	16.56	146
Kmynų arbata	G.7.1	150.00	0.44	0.33	1.13	9
Iš viso:			13.11	8.26	47.17	315

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bananai	U.9.11-2	84.00	1.01	0.25	19.4	84
Sūrio lazdelė Pik-Nik (P,)*	U.9.1	20.00	5.34	4.16	0.1	59
Iš viso:			6.35	4.41	19.5	143

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (A, T)	Sr.2.9	100.00	0.95	1.71	7.06	47
Grietinė (P)*	P.6.4	10.00	0.24	3	0.31	29
Ruginė duona (G)*	U.9.2	20.00	1.32	0.26	9.64	46
Troškinta mėsa su padažu (T) (P)*	K.3.23	80.00	12.05	13.46	2.78	180
Virtos bulvės (A, T)	Gr.4.8	60.00	1.24	0.06	11.31	51
Gūžinės salotos	S.5.35	15.00	0.14	0.02	0.45	3
Švieži agurkai	S.5.9	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Paprika	S.5.8	25.00	0.33	0.13	1.65	9
Iš viso:			16.59	18.72	34.12	371

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (T) (G, K, P)*	K.3.12	85.00	15.13	8.72	18.93	215
Trintos uogos	P.6.5	28.00	0.13	0	4.52	19
Ramunėlių arbata	G.7.2-1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			15.26	8.72	23.45	233
Iš viso dienos davinio :			51.31	40.11	124.24	1063

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



Joniškio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktoriė Rūta Šimulienė

1 savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas su pomidorais (T) (K, P) [*]	K.3.161	110.00	8.8	10.74	2.37	141
Ruginė duona (G) [*]	U.9.2	25.00	1.65	0.33	12.05	58
Švieži agurkai	S.5.9	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Konservuoti kukurūzai (A, T)	S.5.4	25.00	0.73	0.48	2.7	18
Vynuogės	U.9.11-6	74.00	0.52	0.3	13.02	57
Juodoji arbata	G.7.2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			12.02	11.93	31.06	280

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta varškė (9 proc.) su jogurtu (kefyru) (2,5 proc.) paskaninta bananais ir uogomis (T) (P) [*]	U.9.101	70.00	4.4	2.46	7.2	69
Skrebutis (G) [*]	U.9.40	25.00	2.75	0.2	11.25	58
Iš viso:			7.15	2.66	18.45	126

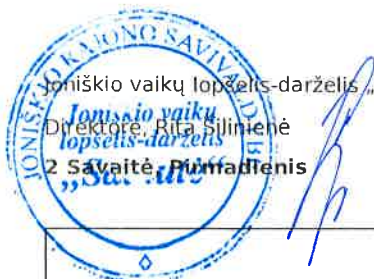
Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su ryžiais ir žaliais žirneliais(A, T)	Sr.2.1188	100.00	0.88	1.5	7.77	48
Kepti kalakutienos kukuliai (T) (G, K) [*]	K.3.4	65.00	13.74	3.1	3.16	96
Virti griekiai (A, T)	Gr.4.2	65.00	3.86	5.93	21.18	154
Šviežių kopūstų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	S.5.22	65.00	0.76	4.08	2.79	51
Iš viso:			19.24	14.61	34.9	348

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (T) (G, P) [*]	Sr.2.14	180.00	6.95	5.88	20.13	161
Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu (G, P) [*]	U.9.5	43.00	4.78	8.16	13.59	147
Iš viso:			11.73	14.04	33.72	308
Iš viso dienos davinio :			50.14	43.24	118.13	1062

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



Joniškio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktoriė: Rita Bilinienė

2 Savaitė: Pirmadienis

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (T) (G, K, P) [*]	K.3.26	120.00	15.56	8.68	26.81	248
Sviesto - grietinės padažas (P) [*]	P.6.3	11.00	0.23	4.54	0.29	43
Ramunėlių arbata	G.7.2-1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			15.79	13.22	27.1	291

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bananai	U.9.11-2	84.00	1.01	0.25	19.4	84
Iš viso:			1.01	0.25	19.4	84

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (A, T)	Sr.2.18	100.00	0.95	1.73	5.66	42
Troškinta vištienos šlaunelių mėsa su morkomos ir svogūnais (T) (P) [*]	K.3.24-3	110.00	16.14	10.96	3.71	178
Traškios bulvytės (A, T)	Gr. 14	65.00	1.48	3.71	13.51	93
Virti brokoliai (A, T)	S.5.25	40.00	1.03	1.93	2.03	30
Konservuoti kukurūzai (A, T)	S.5.4	25.00	0.73	0.48	2.7	18
Paprika	S.5.8	25.00	0.33	0.13	1.65	9
Iš viso:			20.66	18.94	29.26	370

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (A, T)	Ks.1.16	150.00	5.02	5.61	27.99	183
Šviesi duona su sviestu (G, P) [*]	U.9.3	31.00	1.38	4.97	13.72	105
Juodoji arbata	G.7.2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			6.4	10.58	41.71	288
Iš viso dienos davinio :			43.86	42.99	117.47	1032

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



Joniskio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktore, Rita Šilnienė
2 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su obuoliais (T) (P)*	Ks.1.177	150.00	3.44	3.41	25.15	145
Skrebutis su lydytu sūreliu (G, P)*	U.9.401	30.00	4.46	3.56	12	98
Juodoji arbata	G.7.2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.9	6.97	37.15	243

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Melionas	U.9.11-7	51.00	0.36	0.05	3.93	18
Varškės desertas (P)*	U.9.41	100.00	12.8	7.2	13.7	171
Iš viso:			13.16	7.25	17.63	188

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su lęšiais (A, T)	Sr.2.1189	100.00	2	1.19	5.82	42
Ruginė duona (G)*	U.9.2	20.00	1.32	0.26	9.64	46
Žuvies maltinukas su morkomos (T) (K, Ž)*	K.3.42	60.00	9.64	7.59	7.57	137
Bulvių košė (T) (P)*	Gr.4.9	60.00	1.74	3.03	10.52	76
Lapinės salotos	S.5.1	15.00	0.14	0.03	0.26	2
Daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai) (A, T)	S.5.2	50.00	0.45	0.1	1.61	9
Troškinti žali žirneliai (A, T)	S.5.55	30.00	0.18	1.53	2.64	25
Iš viso:			15.47	13.73	38.06	338

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su vištienos padažu (T) (G)*	K.3.341	160.00	14.88	7.25	30.64	247
Daržovių rinkinukas (paprika, morkos) (A, T)	S.5.6	50.00	0.58	0.18	3.83	19
Mėtų arbata	G.7.2-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			15.46	7.43	34.47	267
Iš viso dienos davinio			51.99	35.38	127.31	1036

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



Joniškio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pažasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktorė, Rita Šilnienė

2. Savaitė, Trečiadienis

„Saulutė“

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai (G, K, P)*	K.3.13	95.00	7.24	9.25	32.32	241
Trintos uogos	P.6.5	28.00	0.13	0	4.52	19
Pienas (P)*	U.9.6	100.00	3.4	2.5	4.9	56
Iš viso:			10.77	11.75	41.74	316

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bananai	U.9.11-2	84.00	1.01	0.25	19.4	84
Grūdų traputis	U.9.14	10.00	1.06	0.32	7.47	37
Iš viso:			2.07	0.57	26.87	121

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (A, T)	Sr.2.11	100.00	1.68	1.81	8.4	57
Grietinė (P)*	P.6.4	10.00	0.24	3	0.31	29
Mažylių balandėliai su kiauliena (T) (K)*	K.3.17	80.00	13.48	11.99	3.09	174
Grietinės pomidorų padažas (G, P)*	P.6.10	15.00	0.29	2.6	0.93	28
Virtos bulvės (A, T)	Gr.4.8	60.00	1.24	0.06	11.31	51
Švieži agurkai	S.5.9	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Paprikos lazdelės	S.5.8-1	25.00	0.33	0.13	1.65	9
Iš viso:			17.58	19.67	26.61	354

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su sviestu (T) (G, P)*	Ks.1.20	150.00	4.26	3.04	27.29	154
Jogurtas (P)*	U.9.23	125.00	5.38	4.88	6	89
Kmynų arbata	G.7.1	150.00	0.44	0.33	1.13	9
Iš viso:			10.08	8.25	34.42	252
Iš viso dienos davinio			40.5	40.24	129.64	1043

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

Joniskio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktorė, Rita Šilinė

2 Savaitė, Ketvirtadienis

„Saulutė“

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė su sūriu ir špinatais (T) (K, P)*	K.3.16-11	90.00	9.34	10.89	1.56	142
Ruginė duona (G)*	U.9.2	20.00	1.32	0.26	9.64	46
Švieži agurkai	S.5.9	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Ridikėliai	S.5.28	15.00	0.17	0.02	0.59	3
Sūrio lazdelė Pik-Nik (P,)*	U.9.1	20.00	5.34	4.16	0.1	59
Raudonoji arbata	G.7.3	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.49	15.41	12.81	256

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Persikai	U.9.11-15	58.00	0.46	0.12	7.02	31
Jogurtas (P)*	U.9.23	125.00	5.38	4.88	6	89
Iš viso:			5.84	5	13.02	120

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su ryžiais ir daržovėmis (A, T)	Sr.2.21	100.00	1.33	2.79	12.23	79
Malti kalakutienos kepsneliai (T) (K)*	K.3.20	60.00	13.48	8.46	5.73	153
Virti makaronai (pilno grūdo) (A, T) (G)*	Gr.4.3	60.00	3.57	2.34	21.05	120
Kopūstų salotos su pomidorais ir alyvuogių aliejumi (A, T)	S.5.15	60.00	0.75	4.22	2.88	53
Iš viso:			19.13	17.81	41.89	404

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtų bulvių kukuliai su varške (T) (K, P)*	K.3.31	150.00	7.98	3.94	44.46	245
Sviesto - grietinės padažas (P)*	P.6.3	11.00	0.23	4.54	0.29	43
Morkų lazdelės arba tarkuotos morkos	S.5.24	40.00	0.4	0.08	3.48	16
Ramunėlių arbata	G.7.2-1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.61	8.56	48.23	304
Iš viso dienos davinio :			50.07	46.78	115.95	1085

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



Joniskio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktorė, Rita Šilnienė
2024 m. sausio 15 d.
„Saulutė“

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižų kruopų košė su sviestu (T) (G, P)*	Ks.1.4	150.00	4.98	4.28	24.32	156
Trintų uogų padažas su bananais (A)	P.6.18	25.00	0.23	0.04	4.15	18
Grūdų traputis su varškės užtepu (P)*	U.9.12	36.00	3.64	3.59	13.11	99
Kmynų arbata	G.7.1	150.00	0.44	0.33	1.13	9
Iš viso:			9.29	8.24	42.71	282

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mandarinai	U.9.11-10	96.00	0.67	0.29	9.02	41
Iš viso:			0.67	0.29	9.02	41

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trintų žiedinių kopūstų sriuba (T) (P)*	Sr.2.22	100.00	1.31	2.58	7.35	58
Virtinukai su mėsa (T) (G, K)*	K.3.27	150.00	15.23	7.45	33.24	261
Grietinė (P)*	P.6.4	15.00	0.36	4.5	0.47	44
Šviežių agurkų lazdelės	S.5.9-1	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Iš viso:			17.22	14.61	41.98	368

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Keptos bulvių skiltelės su žolelėmis (A, T)	Gr. 15-11	130.00	3.1	7.43	27.01	187
Jogurto-agurkų padažas (P)*	P.6.20	30.00	1.06	2.73	1.22	34
Daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai) (A, T)	S.5.2	50.00	0.45	0.1	1.61	9
Juodoji arbata	G.7.2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			4.61	10.26	29.84	230
Iš viso dienos davinio:			31.79	33.4	123.55	922

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



Joniškio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktorė, Rita Šilnienė
3 Savaitė, Pirmadienis
„Saulutė“

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai, praturtinti avių sėlenomis (T) (G, K, P)*	K.3.33	120.00	17.16	9.21	23.43	245
Jogurtas su uogiene (P)*	P.6.9	30.00	0.81	0.71	8.3	43
Juodoji arbata	G.7.2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.97	9.92	31.73	288

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bananai	U.9.11-2	96.00	1.15	0.29	22.18	96
Iš viso:			1.15	0.29	22.18	96

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su daržovėmis (A, T)	Sr.2.24	100.00	1.93	1.74	5.87	47
Ruginė duona (G)*	U.9.2	20.00	1.32	0.26	9.64	46
Vištienos kukulis (T) (G, K)*	K.3.30	60.00	16.87	1.8	2.33	93
Virti makaronai (pilno grūdo) (A, T) (G)*	Gr.4.3	65.00	3.87	2.54	22.8	130
Pekino kopūstų, agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (A, T)	S.5.111	60.00	0.52	3.37	1.64	39
Paprika	S.5.8	25.00	0.33	0.13	1.65	9
Iš viso:			24.84	9.84	43.93	364

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis (A, T) (G)*	Ks.1.15-1	150.00	3.86	2.95	29.48	160
Ruginė duona su sviestu ir pomidoru (G, P)*	U.9.7	51.00	1.96	5.34	13.47	110
Mėtų arbata	G.7.2-2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			5.82	8.29	42.95	270
Iš viso dienos davinio			49.78	28.34	140.79	1017

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



Joniškio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktore, Rita Silinienė
3 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės pudingas su bananais (T) (G, K, P)*	K.3.51	140.00	19.21	15.53	16.44	282
Natūralus jogurtas (padažas) (P)*	P.6.1	30.00	1.29	1.17	1.44	21
Raudonoji arbata	G.7.3	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			20.5	16.7	17.88	304

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Slyvos	U.9.11-16	51.00	0.36	0.1	7.45	32
Kefyro (2,5 proc.) kokteilis su bananais ir uogomis (P)*	U.9.31	100.00	2.79	1.86	9.56	66
Iš viso:			3.15	1.96	17.01	98

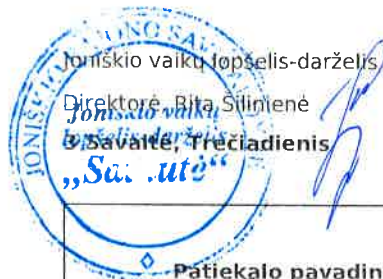
Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų ir brokolių sriuba (A, T) (G)*	Sr.2.27	100.00	1.57	2.92	10.73	75
Ruginė duona (G)*	U.9.2	20.00	1.32	0.26	9.64	46
Kepta lašiša (T) (Ž)*	K.3.666	50.00	11.93	8.13	0.1	121
Bulvių košė (T) (P)*	Gr.4.9	60.00	1.74	3.03	10.52	76
Švieži agurkai	S.5.9	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Švieži pomidorai	S.5.10	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Troškinti žali žirneliai (A, T)	S.5.55	30.00	0.18	1.53	2.64	25
Iš viso:			17.36	16.01	35.78	357

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų košė su sviestu (T) (P)*	Ks.1.17	150.00	5.48	5.11	30.45	190
Trintų uogų padažas su bananais (A)	P.6.18	25.00	0.23	0.04	4.15	18
Sūrio lazdelė Pik-Nik (P,)*	U.9.1	20.00	5.34	4.16	0.1	59
Juodoji arbata	G.7.2	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.05	9.31	34.7	267
Iš viso dienos davinio :			52.06	43.98	105.37	1026

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



Joniskio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė sviestu (T) (P)*	Ks.1.71	150.00	5.21	4.1	28.1	170
Trintos uogos	P.6.5	28.00	0.13	0	4.52	19
Ruginė duona su sviestu ir agurku (G, P)*	U.9.4	45.00	1.81	4.49	12.44	97
Ramunėlių arbata	G.7.2-1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.15	8.59	45.06	286

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kriaušės	U.9.11-4	147.00	0.59	0.44	19.7	85
Jogurtas (A2, 2,5 proc.) (P)*	U.9.23-2	180.00	5.76	4.5	7.38	93
Iš viso:			6.35	4.94	27.08	178

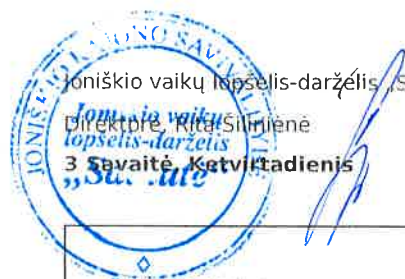
Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su ryžiais ir daržovėmis (A, T)	Sr.2.21	100.00	1.33	2.79	12.23	79
Ruginė duona (G)*	U.9.2	20.00	1.32	0.26	9.64	46
Kiaulienos ir jautienos maltinukas (T) (K, P)*	K.3.3.2	70.00	10.95	8.85	6.34	149
Virtos bulvės (A, T)	Gr.4.8	70.00	1.44	0.08	13.19	59
Kopūstų salotos su pomidorais ir alyvuogių aliejumi (A, T)	S.5.15	50.00	0.62	3.51	2.4	44
Švieži agurkai	S.5.9	35.00	0.28	0.07	0.81	5
Iš viso:			15.94	15.56	44.61	382

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (T) (G, P)*	Sr.2.14	180.00	6.95	5.88	20.13	161
Šviesi duona su lydytu sūreliu (G, P)*	U.9.251	40.00	3.01	3.46	14.52	101
Morkų lazdelės arba tarkuotos morkos	S.5.24	40.00	0.4	0.08	3.48	16
Iš viso:			10.36	9.42	38.13	279
Iš viso dienos davinio :			39.8	38.51	154.88	1125

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



Joniškio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktorė, Rita Šilnienė
3 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis ir brokoliais (A, T)	Ks.1.16-1	150.00	5.13	3.47	27.7	163
Ruginė duona su sviestu ir pomidoru (G, P) [*]	U.9.7	51.00	1.96	5.34	13.47	110
Kmynų arbata	G.7.1	150.00	0.44	0.33	1.13	9
Iš viso:			7.53	9.14	42.3	282

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bananai	U.9.11-2	96.00	1.15	0.29	22.18	96
Grūdų traputis	U.9.14	10.00	1.06	0.32	7.47	37
Iš viso:			2.21	0.61	29.65	133

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai (T) (K, P) [*]	Sr.2.25	100.00	2.64	2.84	4.96	56
Virtos bulvės (A, T)	Gr.4.8	40.00	0.82	0.04	7.54	34
Plovos su kiauliena (T)	K.3.21	160.00	13.63	14.17	28.77	297
Švieži agurkai	S.5.9	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Paprika	S.5.8	25.00	0.33	0.13	1.65	9
Iš viso:			17.74	17.26	43.84	402

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės, morkų, avižinių dribsnių blynai (T) (G, K, P) [*]	K.3.25	110.00	10.58	8.59	26.19	224
Jogurtas su uogiene (P) [*]	P.6.9	30.00	0.81	0.71	8.3	43
Ramunėlių arbata	G.7.2-1	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.39	9.3	34.49	267
Iš viso dienos davinio :			38.87	36.31	150.28	1083

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

Jonišio vaikų lopšelis-darželis „Saulutė“ (Dokumentas: 1-3 m. pavasario-vasaros (2026 m.) 15 d. valgiaraštis)

Direktorė, Rita Štirnienė
3 savaitė, Penktadienis

„Saulutė“

Pusryčiai 08:20 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (T) (K)*	K.3.40	68.00	7.5	7.14	0.43	96
Ruginė duona su sviestu (G, P)*	U.9.38	31.00	1.74	4.61	12.5	98
Švieži agurkai	S.5.9	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Švieži pomidorai	S.5.10	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Konservuoti kukurūzai (A, T)	S.5.4	25.00	0.73	0.48	2.7	18
Kmynų arbata	G.7.1	150.00	0.44	0.33	1.13	9
Iš viso:			11.13	12.72	19.32	236

Priešpiečiai 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Nektarinai	U.9.11-5	102.00	1.12	0.31	10.81	51
Iš viso:			1.12	0.31	10.81	51

Pietūs 12:20 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (A, T)	Sr.2.18	100.00	0.95	1.73	5.66	42
Ruginė duona (G)*	U.9.2	20.00	1.32	0.26	9.64	46
Virtinukai su varške (T) (G, K, P)*	K.3.28	140.00	16.67	7.69	39.24	293
Sviesto - grietinės padažas (P)*	P.6.3	11.00	0.23	4.54	0.29	43
Daržovių rinkinukas (morkos, agurkai) (A, T)	S.5.7	60.00	0.54	0.12	3.31	16
Iš viso:			19.71	14.34	58.14	440

Vakarienė 15:55 - 16:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Keptos daržovės (A, T)	K.3.1-121	160.00	3.02	4.88	19.47	134
Kefyras (P)*	U.9.13	160.00	5.44	4	7.84	89
Iš viso:			8.46	8.88	27.31	223
Iš viso dienos davinio :			40.42	36.25	115.58	950

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