

## KAUNO LOPŠELIO-DARŽELIO „AVILIUKAS“ MAITINIMO ORGANIZAVIMO TVARKOS APRAŠAS

### I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo vaikų maitinimo organizavimo Kauno lopšelyje-darželyje „Aviliukas“ tvarkos aprašas (toliau - Aprašas) reglamentuoja maitinimo organizavimą, vykdymą, higienos normų reikalavimų išlaikymą maitinimo procese.

2. Aprašo tikslas - sudaryti sąlygas sveikatai palankiai vaikų mitybai, užtikrinti geriausią maisto saugą ir kokybę, patenkinti vaikų maisto medžiagų fiziologinius poreikius, ugdyti sveikos mitybos įgūdžius.

3. Aprašo reikalavimai privalomi vadovams, juridiniams ir fiziniams asmenims, teikiantiems vaikų maitinimo ar maisto produktų tiekimo paslaugas bei darbuotojams, įgyvendinantiems vaikų maitinimo kontrolę ugdymo įstaigoje. Kauno lopšelyje-darželyje „Aviliukas“ maitinimo kontrolę įgyvendina sandėlininkė, dietistė, visuomenės sveikatos priežiūros specialistė, direktorės pavaduotoja ūkiui. Visuminė maitinimo kontrolė tenka ugdymo įstaigos vadovui.

4. Vaikų maitinimą reglamentuojantis Aprašas parengtas, vadovaujantis LR Sveikatos apsaugos ministro 2018 m. balandžio 10 d. Nr. V-394, Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo Nr.V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimo“, Lietuvos Higienos norma HN 15:2005 „Maisto higiena“, Lietuvos higienos norma HN 75:2016 „Istaiga, vykdanči ikimokyklinio ir (ar) priešmokyklinio ugdymo programą. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“, Geros higienos praktikos taisyklėmis (2009 m.).

5. Tvarkos apraše vartojamos sąvokos ir jų apibrėžtys:

5.1. **Cukrūs** – monosacharidai ir disacharidai, esantys maisto produkte.

5.2. **Greitai gendantis maisto produktas** – šviežias, atvėsintas arba sušaldytas maisto produktas, kuriam laikyti ir vežti reikalinga tam tikra temperatūra, kurioje jis išlieka saugus vartoti.

5.3. **Iš dalies hidrinti (iš dalies sukietinti, iš dalies hidrogenizuoti) augaliniai riebalai** – skysti augaliniai aliejai, hidrinimo proceso metu paversti pusiau kietais.

5.4. **Patiekalas** – paprastai vienoje lėkštėje patiekiamas vartoti šaltas ar šiltas maistas.

5.5. **Pridėtiniai cukrūs** – gėrimo ar patiekalo gamybos metu įdėta sacharozė, fruktozė, gliukozė, gliukozės sirupas, fruktozės sirupas, gliukozės-fruktozės sirupas ir kitų formų monosacharidai ir disacharidai, taip pat cukrūs, esantys įdėtame meduje, sirupuose, vaisių sultyse ir vaisių sulčių koncentratuose.

5.6. **Pritaikytas maitinimas** – maitinimas, kuris užtikrina tam tikro sveikatos sutrikimo (alergija tam tikriems maisto produktams, virškinimo sistemos ligos ar remisinės jų būklės ir kt.) nulemtų, asmens individualių maisto medžiagų ir energijos poreikių patenkinimą, parenkant toleruojamus maisto produktus, jų gamybos būdą, konsistenciją ir valgymo režimą, ir yra raštiškai rekomenduojamas gydytojo.

5.7. **Šiltas maistas** – maistas, patiekiamas kaip karštas patiekalas, iki patiekimo vartoti 2 laikomas ne žemesnėje kaip +68 °C temperatūroje.

5.8. **Tausojantis patiekalas** – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniame krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

5.9. **Šaltas užkandis** – maisto produktas ar šaltas patiekalas, neįtrauktas į valgiaraštį.

5.10. **Valgiaraštis** – patiekiamų vartoti dienos maisto produktų ir patiekalų sąrašas.

## II. MAITINIMO ORGANIZAVIMAS IR VYKDYMAS

6. Kauno lopšelio-darželio „Aviliukas“ direktorius (toliau - Direktorius) yra atsakingas už vaikų maitinimo organizavimą ir šio Aprašo nuostatų įgyvendinimą.

7. Vaikų maitinimas organizuojamas vaikams maitinti pritaikytose patalpose, laikantis nustatytų maisto saugos ir maisto tvarkymo reikalavimų.

8. Darželio vaikai turi gauti šilto maisto. Maisto paruošimas ir patiekalų įvairovė turi atitikti vaikų amžių ir sveikos mitybos rekomendacijas.

9. Pusryčiams vaikas turi gauti 20-25%, pietums 30-40%, pavakariams ar priešpiečiams 10-15% (gali būti organizuojami abu šie maitinimai, tada jų bendras kaloringumas turi sudaryti 10-15%), vakarienei 20-25%, rekomenduojamo paros maisto raciono kaloringumo, jei tokie maitinimai numatyti valgiaraščiuose.

10. Vaikų maitinimui lopšelyje-darželyje „Aviliukas“ draudžiamos tiekti šios maisto produktų grupės: bulvių, kukurūzų ar kitokie traškučiai, kiti riebaluose virti, skrudinti ar spraginti gaminiai; saldainiai, šokoladas ir jo gaminiai; konditerijos gaminiai su glaistu, šokoladu ar kremu; sūrūs konditerijos gaminiai (kuriuose natrio daugiau kaip 0,4 g/100g); maisto produktai bei kramtomoji guma su maisto priedais; gazuoti gėrimai; energiniai gėrimai; gėrimai ir maisto produktai, pagaminti iš (arba kurių sudėtyje yra) kavamedžio pupelių kavos ar jų ekstrakto; cikorijos, gilių ar grūdų gėrimai (kavos pakaitalai); kisieliai; sultinių koncentratai; rūkyta žuvis; konservuoti mėsos ir žuvies gaminiai (jie leidžiami bendrojo ugdymo įtaigose organizuojamų vasaros stovyklų metu ar sudarant maisto paketus į namus); nepramoninės gamybos konservuoti gaminiai; žlėgtainiai; mechaniškai atskirta mėsa ir jos gaminiai; subproduktai (inkstai, smegenys, plaučiai); maisto papildai; maistas, pagamintas iš genetiškai modifikuotų organizmų (toliau- GMO), arba maistas, į kurio sudėtį įeina GMO.

11. Vaisiai, daržovės, uogos, bulvės gali būti perkami iš fizinių asmenų, kurie turi laikytis Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos direktoriaus nustatytų reikalavimų ir išduoda atitikties deklaraciją, vadovaudamiesi žemės ūkio ministro įsakymu. Atitikties deklaracijos 3 punkto, jeigu minėta produkcija nerūšiuojama pagal klases, pildyti nereikia.

12. Vaikams maitinti rekomenduojami šie maisto produktai: daržovės, bulvės, vaisiai, uogos ir jų patiekalai, sultys (ypač šviežios); grūdiniai (duonos gaminiai, kruopų produktai) ir ankštiniai produktai; pienas ir pieno produktai; liesa mėsa ir jos produktai; žuvis ir jos produktai; aliejus (turi būti mažiau vartojama gyvūninės kilmės riebalų: riebi mėsa ir mėsos produktai turi būti keičiami liesa mėsa, paukštiena, žuvimi ar ankštinėmis daržovėmis; gyvūninės kilmės riebalai ir margarinai, kur įmanoma, keičiami aliejais); kiaušiniai; geriamasis vanduo ir natūralus mineralinis bei šaltinio vanduo (negazuoti). Maisto produktus rekomenduojama tiekti iš ekologinės gamybos ūkių ar išskirtinės kokybės produktų gamintojų.

13. Patiekalų gaminimo ir patiekimo reikalavimai:

13.1. patiekiamas maistas turi būti gaminamas ir patiekiamas tą pačią dieną;

13.2. patiekiamas maistas turi būti kokybiškas, įvairus ir atitikti saugos reikalavimus;

13.3. pirmenybė teikiama maistines savybes tausojantiems patiekalų gamybos būdams: virimui vandenyje ar garuose, troškinimui;

13.4. gaminant maistą neturi būti naudojami prieskonių mišiniai, kurių sudėtyje yra maisto priedų;

13.5. gaminant maistą turi būti naudojama kuo mažiau druskos ir cukraus;

13.6. darželyje rūkyti mėsos gaminiai vaikų maitinimui neturi būti tiekiami;

13.7. jei patiekalui gaminti naudojama malta mėsa, ji turi būti malama patiekalo gaminimo dieną;

13.8. kiekvieną dieną turi būti patiekta šviežių daržovių ar vaisių;

13.9. tas pats patiekalas neturi būti tiekiamas dažniau nei kartą per savaitę;

13.10. karštas pietų patiekals turi būti iš daug baltymų turinčių produktų (mėsa, paukštiena, žuvis, kiaušiniai, ankštiniai, pienas ir pieno produktai) ir angliavandenių turinčių produktų. Su karštu patiekalu turi būt patiekiamos daržovės, vaisiai arba jų salotos;

13.11. valgymo metu ant stalų neturi būti padėta druskos, pipirų, garstyčių;

13.12. arbata turi būti tiekama nesaldinta;

13.13. darželyje turi būti sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens (rekomenduotina, kambario temperatūros, pvz., pilstomo iš geriamajam vandeniui skirtų indų, talpų, automatų ir pan.), net jei vaikai nemaitinami. Rekomenduojama sudaryti galimybę vaikams gauti ir karšto virinto geriamojo vandens;

13.14. draudžiama naudoti susidėvėjusius, įskilusius, apdaužytais kraštais indus bei aliumininius įrankius ir indus.

14. Kauno lopšelio-darželio „Aviliukas“ patalpose, matomoje vietoje turi būti skelbiama:

14.1. einamosios dienos valgiaraščiai skelbiami vaikų priėmimo-nusirengimo patalpoje;

14.2. maisto pasirinkimo piramidės plakatas ar kita sveiką mitybą skatinanti informacija;

14.3. Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos nemokamos telefono linijos numeris (skambinti maisto saugos ir sudėties klausimais) bei teritorinės visuomenės sveikatos priežiūros įstaigos telefono numeris (skambinti maitinimo organizavimo ir valgiaraščių klausimais) - ši informacija skelbiama vaikų priėmimo-nusirengimo patalpoje.

15. Darželis dalyvauja „Pieno vaikams“ bei „Vaisių ir daržovių vaikams“ programose, šiuos reikalavimus atitinkančius produktus pateikia pagal ES programoje nustatytus reikalavimus.

16. Darželyje maitinamiems suaugusiems asmenims neturi būti pateikiami šio Aprašo reikalavimų neatitinkantys maisto produktai ar patiekalai vaikų maitinimo metu.

17. Vaikų maitinimo organizavimas:

17.1. vaikai turi būti maitinami ne rečiau kaip kas 3,5-4 val. pagal valgiaraščius;

17.2. pagal gydytojo raštiškus nurodymus (Forma Nr. 027-1/a) gali būti organizuojamas pritaikytas maitinimas.

### III. VALGIARAŠČIO SUDARYMAS

1. 18. Darželio valgiaraščiuose nurodomi pusryčiams, pietums, pavakariams (priešpiečiams), vakarienei patiekiami patiekalai, patiekalų kiekiai (g), maistinė (baltymai, riebalai, angliavandeniai (g)) ir energinė vertė (kcal), taip pat kiekvienos dienos vidutinė maistinė (baltymai, riebalai, angliavandeniai (g)) ir energinė vertė (kcal). Valgiaraščiuose nurodytų patiekalų receptūros ir gamybos technologiniuose aprašymuose turi būti nurodyti naudojami maisto produktai, jų sudėtis, bruto ir neto kiekiai (g), gamybos būdas (virimas vandenyje ar garuose, kepimas ir pan.). Valgiaraščių energinė ir maistinė vertė nuo normų gali nukrypti ne daugiau nei penkis procentus.

19. Vaikų maitinimo valgiaraščiai sudaromi (pasirinktinai):

19.1. pagal patiekalų receptūrų pavyzdžius, pateiktus interneto svetainėje ([www.smlpc.lt/mityba\\_ir\\_fizinis\\_aktyvumas/mityba](http://www.smlpc.lt/mityba_ir_fizinis_aktyvumas/mityba));

19.2. pagal juridinių ar fizinių asmenų parengtus ir su Sveikatos apsaugos ministerija suderintus patiekalų receptūrų rinkinius ar jų ir pateiktų receptūrų kombinacijas;

19.3. pagal gydytojo raštiškas rekomendacijas (pritaikyto maitinimo).

20. Valstybinė Maisto ir veterinarijos tarnyba atlieka valgiaraščių įvertinimą per dvidešimt darbo dienų nuo jų gavimo. Esant poreikiui teritorinė visuomenės sveikatos priežiūros įstaiga gali paprašyti detalesnės informacijos, reikalingos valgiaraščiams įvertinti. Vertinimo rezultatai surašomi „Valgiaraščių vertinimo pažymoje“ 2 egzemplioriais. Kiekvienas suderintų valgiaraščių lapas turi būti pažymėtas teritorinės visuomenės sveikatos priežiūros įstaigos žyma.

21. Valgiaraščių ir vaikų maitinimo atitikties patikrinimo žurnalas (Aprašo 1 priedas) saugomas dvejus metus;

21.1. etikečių ir prekių ženklavimo žymų registras saugomas 1 mėn.

21.2. valgiaraščių ir vaikų maitinimo atitikties patikrinimo žurnalą pildo direktoriaus įsakymu paskirtas dietistas. Planinė kontrolė atliekama kartą per savaitę, o esant poreikiui vykdoma neplaninė kontrolė ugdymo įstaigos vadovo nustatyta tvarka, ne rečiau kaip 3 kartus per savaitę.

22. Reikšmingai padaugėjus (daugiau nei 15 vaikų) arba reikšmingai sumažėjus (mažiau nei 20 vaikų) vaikų skaičiui konkrečią dieną, pristigus esamų produktų, rengiamas papildomas valgiaraštis kelioms grupėms keičiant tos pačios energetinės vertės patiekalais iš perspektyvinio valgiaraščio. Įstaigos direktorius sudaro nuolatinę darbo grupę, kuri keičiant valgiaraštį reikalavimą pagal perspektyvinį valgiaraštį rengia nustatyto s formos aktą (Aprašo 2, 3, 4 priedai) ir registruoja jį iki einamosios dienos 10val. pas darželio dietistę. Dokumentacijos plane šie dokumentai neįtraukiami.

23. Jei per nustatytą laiką po pranešimo raštu vaikų maitinimo organizavimo trūkumai nepašalinami, Direktorius, gavęs pranešimą apie šio tvarkos aprašo užtikrinimo trūkumus, apie tai praneša Valstybinei maisto ir veterinarijos tarnybai (maisto saugos ir sudėties klausimais) arba teritorinei visuomenės sveikatos priežiūros įstaigai (maitinimo organizavimo ir valgiaraščių klausimais).

#### **IV. MAISTO PRODUKTŲ APSKAITA IR IŠDAVIMAS**

24. Išduodant maisto produktus ir pildant valgiaraštį, atsakingi darbuotojai (dietistė, sandėlininkė ir virėjas) privalo vadovautis Kauno lopšelio-darželio „Aviliukas“ Leistinių maisto produktų išdavimo nuokrypiais“ (2 priedas).

#### **V. DARBUOTOJŲ MAITINIMO ORGANIZAVIMAS**

24. Remiantis Steigėjo sprendimais Darželyje gali maitintis (gauti pietus) įstaigos darbuotojai.

25. Darželyje besimaitinantiems darbuotojams turi būti pateikiami šio Tvarkos aprašo reikalavimus atitinkantys maisto produktai ar patiekalai.

26. Paskutinę mėnesio dieną pildomas maitinimo žiniaraštis ateinančiam mėnesiui, kuriame savo vardą pavardę, maitinimų kiekį įrašo ir pasirašo pats darbuotojas. Maitinimo žiniaraštį tvirtina direktorė.

27. Už tikslų valgančių darbuotojų duomenų įrašymą atsakinga dietistė.

28. Patvirtinti žiniaraščiai pateikiami buhalterijai.

29. Kiekvieno mėnesio pabaigoje atliekama buhalterinė darbuotojų maitinimo apskaita, pagal Kauno miesto savivaldybės tarybos 2014-11-06 d. Sprendimu nustatytą švietimo įstaigos darbuotojams mokėti už kiekvienus pietus (1,16 Eur.)



Kauno lopšelio-darželio „Aviliukas“  
Maitinimo organizavimo tvarkos aprašo  
2 priedas

<b>Produktai gamintojo pakuotėse</b>	<b>Leistinas nuokrypis</b>
Sviestas	Iki 100 g
Grietinė	Iki 100 g
Varškė	Iki 100 g
Virta dešra	Iki 100 g
Pieniškos dešrelės	Iki 100 g
Pomidorų padažas	Iki 100 g
Majonezas	Iki 100 g
Nat, jogurtas	Iki 100 g
Konservuoti agurkai	Iki 100 g
Konservuoti žirneliai	Iki 100 g
Pienas šviežias	Iki 35 %
Kefyras	Iki 35 %
Sultys	Iki 35%
Kiauliena	Iki 15 %
Paukštiena	Iki 15 %
Šviežia žuvis	Iki 15 %
Sūris	Iki 10 %
Duona kvietinė	Iki 5 %
Duona ruginė	Iki 5 %
Bulvės	Iki 10 %
Kopūstai švieži, rauginti	Iki 10 %
Pekino kopūstai	Iki 10 %
Svogūnai	Iki 10 %
Morkos	Iki 10 %
Agurkai	Iki 10 %
Pomidorai	Iki 10 %
Burokėliai	Iki 10 %
Citrina	Iki 10 %
Česnakai	Iki 10 %
Kriaušės	Iki 10 %
Obuoliai	Iki 10 %
Mandarinai	Iki 10 %
Apelsinai	Iki 10 %
Bananai	Iki 10 %
Augalinis aliejus	Iki 5 %
Miltai	Iki 5 %
Krakmolas	Iki 5 %
Grikių kruopos	Iki 5 %
Manų kruopos	Iki 5 %
Avižinės kruopos	Iki 5 %
Miežinės kruopos	Iki 5 %
<b>Kiti maisto produktai</b>	<b>Leistinas nuokrypis</b>
Perlinės kruopos	Iki 5 %
Ryžiai	Iki 5 %
Kukurūzų kruopos	Iki 5 %
Makaronai	Iki 5 %
Žirniai	Iki 5 %
Pupelės	Iki 5 %

Cukrus	Iki 5 %
Džiovinti vaisiai	Iki 5 %
Arbata	Iki 5 %
Druska	Iki 5 %
Prieskoniai	Iki 5 %
Kiaušiniai	Iki 5 %
Bandelės	Iki 5 %

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo  
3 priedas

*LEIDŽIAMAS CUKRŲ, DRUSKOS IR PRIVALOMAS ŠKAIDULINIŲ  
MEDŽIAGŲ KIEKIS VAIKAMS MAITINTI TIEKIAMUOSE MAISTO  
PRODUKTUOSE<sup>1</sup> IR PATIEKALUOSE*

Eil. Nr.	Maisto produktai ar patiekalai	Cukrų kiekis (g) ne didesnis nei/100 g (ml)	Druskos kiekis (g) ne didesnis nei/100 g (ml)	Skaidulinių medžiagų (g) ne mažesnis nei/100 g
1.	Mėsos ir žuvies (išskyrus silkę) patiekalai ir gaminiai	3	1,7	-
2.	Silkė	5	2,5	-
3.	Pieno gaminiai			
3.1.	Jogurtai, varškės gaminiai	10 <sup>2</sup>	1	
3.2.	Sūriai	-	1,7	-
3.3.	Kiti pieno gaminiai, išskyrus desertus	5	1	-
4.	Grūdinių augalų produktai			
4.1.	Ruginė duona (ne mažiau kaip 30 proc. sausos produkto masės sudaro rugiai)	5	1,2	6
4.2.	Kita duona ir duonos gaminiai	5	1	5
4.3.	Smulkieji pyrago gaminiai ir miltinės konditerijos gaminiai	16	1	-
4.4.	Pusryčių dribsniai ir javainiai	16	1	6
5.	Džiovinti vaisiai ir džiovintos uogos ar jų gaminiai	0 (pridėtinių cukrų)		-
6.	Maitinimo paslaugos teikėjo pagaminti patiekalai	5 (pridėtinių cukrų)	1	-
7.	Desertai	16	1	-
8.	Gerti skirti produktai, išskyrus nurodytus 3.1 ir 3.3 papunkčiuose			
8.1.	Sultys (vaisių ir (ar) daržovių)	-	0	-
8.2.	Kiti gėrimai (sulčių gėrimai, nektarai, gaivieji gėrimai ir pan.)	5	0	-

8.3	Maitinimo paslaugos teikėjo pagaminti gėrimai	5	-	-
9.	Kiti maisto produktai, nenurodyti 1–8 punktuose, išskyrus vaisius	5	1	-

<sup>1</sup> Maisto produktams, atitinkantiems maisto produktų ženklavimo simboliu „Rakto skylutė“ kriterijus, šio priedo reikalavimai netaikomi.

<sup>2</sup> 2019–2020 mokslo metais 9 g/100g (ml); 2020–2021 mokslo metais 8 g/100g (ml); 2021–2022 mokslo metais 7 g/100g (ml); 2022–2023 mokslo metais 6 g/100g (ml); 2023–2024 ir vėlesniais mokslo metais 5 g/100 g (ml).

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo  
4 priedas

### *MAISTO PRODUKTŲ IR PATIEKALŲ VAIKAMS MAITINTI PATIEKIMAS*

Maisto produktų grupės	Maisto produktų patiekimas <sup>1</sup>
1. Daržovės	<p>Pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms. Tiekiamos kuo įvairesnės daržovės. Šviežių daržovių salotos tiekiamos su aliejaus ar nesaldinto jogurto padažu. Termiškai apdorotos daržovės (šviežios arba šaldytos) tiekiamos kaip garnyras, sriuba, apkepas ir t. t.). Per dieną vieną daržovių porciją galima pakeisti 100–200 ml daržovių sulčių. Vaikams patiekiamos taip, kad galėtų sukramtyti.</p>
2. Vaisiai, uogos	<p>Pirmenybė teikiama šviežiams, sezoniniams vaisiams ir uogoms. Per savaitę vieną vaisių porciją galima pakeisti 100–200 ml vaisių sulčių. Vaikams patiekiami taip, kad galėtų sukramtyti. Ikimokyklinio amžiaus vaikams vaisiai ar uogos netiekiami su kauliukais, kuriuos vaikai galėtų nuryti.</p>
3. Bulvės	<p>3.1. Jei bulvių patiekalai tiekiami su padažais, jie turi būti neriebūs (nesaldinto jogurto, pomidorų ir pan.).</p>
4. Grūdiniai produktai	<p>Pirmenybė teikiama viso grūdo arba iš dalies viso grūdo produktams. Tiekiamos kuo įvairesnės kruopos ar kruopų dribsniai (avižų, grikių, ryžių, kvietinės, miežinės, perlinės, kukurūzų, sorų ir kt.). Pirmenybė teikiama ruginei duonai (ne mažiau kaip 30 proc. sausos produkto masės sudaro rugiai). Apkepų, blynų, bandelių tešlai aukščiausios rūšies miltus rekomenduojama maišyti su viso grūdo miltais, sėlenomis. Makaronai: pirmenybė teikiama pagamintiems iš kietųjų kviečių miltų arba viso grūdo miltų.</p>



5. Mėsa ir mėsos gaminiai	<p>Pirmenybė teikiama šviežiai, atvėsintai mėsai: paukštienai, triušienai, veršienai, jautienai, kiaulienai, avienai.</p> <p>Tiekama liesa mėsa.</p> <p>Paukštiena patiekalų gamybai naudojama be odos.</p> <p>Mėsos gaminiai tiekiami tik aukščiausios rūšies.</p> <p>Rūkyti mėsos gaminiai tiekiami ne jaunesniems kaip 3 metų amžiaus vaikams.</p> <p>Mėsa patiekama taip, kad galėtų sukramtyti.</p>
6. Žuvis	<p>Pakaitomis tiekama riebi ir liesa jūrinė arba gėlo vandens žuvis.</p> <p>Jei yra rizika, kad žuvyje liks smulkių ašakų, ji patiekama malta.</p>
7. Kiaušiniai	7.1. Kiaušiniai patiekiami virti arba gaminiuose.
8. Pienas ir pieno produktai	8.1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams rekomenduojama (jei gydytojas nerekomendavo kitaip) patiekti ne mažiau kaip 200 ml pasterizuoto pieno arba atitinkamą pagal kalcio kiekį pieno produktų kiekį per dieną.

	<p>Tiekiamas ne didesnio nei 2,5 proc. riebumo pasterizuotas pienas.</p> <p>Rauginti pieno gaminiai tiekiami po rauginimo termiškai neapdoroti.</p>
9. Ankštiniai ir ankštinės daržovės	9.1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams pirmenybė teikiama tiekiant trintus ankštinius ar ankštines daržoves.
10. Aliejus ir riebalai	<p>Šaltųjų patiekalų gaminimui naudojamas šalto spaudimo nerafinuotas aliejus (rapsų, alyvuogių, linų sėmenų ir kt.).</p> <p>Kepimui naudojamas kepti tinkantis aliejus.</p> <p>Sviestas, kur įmanoma, keičiamas aliejumi arba margarinu, kurio sudėtyje sočiųjų riebalų rūgščių ne daugiau kaip 33 proc. bendrojo riebalų kiekio.</p>
11. Riešutai, sėklos, džiovinti vaisiai ir džiovintos uogos	<p>Tiekiami pagardinti patiekalus.</p> <p>Ikimokyklinio amžiaus vaikams tiekiami smulkinti.</p> <p>Džiovinti vaisiai tiekiami plauti karštu vandeniu.</p>
12. Prieskoniai	<p>Pirmenybė teikiama žaliems lapiniams prieskoniams (petražolės, krapai, raudonėlis, bazilikas ir kt.).</p> <p>Džiovintos žolelės tiekiamos be pridėtinės valgomosios druskos ir maisto priedų.</p>
13. Gėrimai	<p>Pirmenybė teikiama geriamajam vandeniui.</p> <p>Su patiekalais sultys ir gėrimai, kuriuose yra pridėtinių cukrų, netiekiami.</p>
14. Saldumynai	14.1. Viso grūdo pyragai, bandelės, desertai vaisių, pieno produktų pagrindu, pudingai.
15. Sriubos	15.1. Jei tiekiamos su kitu maistu, patiekiamos nedideliais kiekiais (100–150 ml).
16. Arbata	16.1. Arbatžolių ir (ar) žolelių arbata ruošiama 1g/1l koncentracijos.
17. Kiti	17.1. Medus, grybai tiekiami ne jaunesniems kaip 3 metų amžiaus vaikams.

<sup>1</sup> Maisto produktai ir patiekalai turi atitikti Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo 3–5 prieduose nustatytus kokybės reikalavimus.

**VAIKAMS MAITINTI TIEKIAMŲ MAISTO PRODUKTŲ IR PATIEKALŲ  
DAŽNUMAS<sup>1</sup>**

Maisto produktai ir patiekalai <sup>2</sup>	Visos paros maitinimas	Trys maitinimai per dieną	Vienas arba du maitinimai per dieną
1. Patiekalai iš raudonos mėsos	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.
2. Patiekalai iš baltos mėsos	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.
3. Termiškai apdoroti mėsos gaminiai	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.
4. Termiškai neapdoroti mėsos gaminiai	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.
5. Žuvis ir žuvies patiekalai	Ne mažiau kaip 1 kartas/sav.	Ne mažiau kaip 1 kartas/sav.	Ne mažiau kaip 1 kartas/sav.
6. Subproduktai ir jų patiekalai (kepenys, liežuvis)	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.
7. Pieno produktai ar jų patiekalai	Ne mažiau kaip 1 kartas/d.	Ne mažiau kaip 1 kartas/d.	Ne mažiau kaip 2 kartus/sav.
8. Ankštiniai, ankštinės daržovės ir jų patiekalai	Ne mažiau kaip 3 kartus/sav.	Ne mažiau kaip 3 kartus/sav.	Ne mažiau kaip 1 kartas/sav.
9. Kruopos, javų dribsniai (išskyrus šlifuotus ryžius) ir jų patiekalai	Ne mažiau kaip 7 kartus/sav.	Ne mažiau kaip 5 kartus/sav.	Ne mažiau kaip 3 kartus/sav.
10. Šlifuoti ryžiai ir jų patiekalai	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.
11. Pusryčių dribsniai	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.
12. Makaronai ir jų patiekalai patiekalai	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.
13. Virtos ar keptos bulvės (su daug baltymų turinčiais produktais)	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.
14. Virtų bulvių patiekalai	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.
15. Tarkuotų bulvių patiekalai	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.

16. Daržovės	Ne mažiau kaip 3 rūšys/d.	Ne mažiau kaip 3 rūšys/d.	Ne mažiau kaip 2 rūšys/d.
17. Vaisiai	Ne mažiau kaip 1 rūšis/d.	Ne mažiau kaip 1 rūšis/d.	Ne mažiau kaip 1 rūšis/d.
18. Vaisių sultys arba daržovių- vaisių sultys	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.
19. Daržovių sultys	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.
20. Gėrimai su pridėtinu cukrumi	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.
21. Desertai (ne mažiau kaip 50 proc. vaisių )	Ne daugiau kaip 4 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.
22. Desertai viso grūdo ar (ir) pieno produktų pagrindu)	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.

<sup>1</sup> Vegetarinio maitinimo valgiaraščiams sudaryti gyvūninių maisto produktų ir patiekalų patiekimo dažnumas netaikomas.

<sup>2</sup> Patiekalai, kurių sudėtyje yra kelių grupių maisto produktų, priklauso tai grupei, kurios maisto produktų dalis yra didžiausia (pvz.: plovas su vištiena (ryžiai 100 g, vištiena 70 g, morkos 20 g ir kiti maisto produktai, kurių kiekis mažesnis nei 20 g) priklauso „Šlifuoatų ryžių ir jų patiekalų“ grupei.

