



Projekto  
„Išmetamo maisto  
kiekis „Varpelio“  
mokykloje-  
darželyje“ analizė

# Projekto trukmė 5 dienos



Iš viso bendrai išmesta  
pagaminto, bet nesuvalgyto  
maisto per 5 dienas  
112 kg 405 g



Tai prilygsta dviem  
didelėms dėžėms  
vaisių ir daržovių...





# Darželyje mažiausiai nesuvalgyto maisto išmetė „Žiniukai“

- Viso nesuvalgyto maisto per 5 dienas 1 kg 300 g.
- Vienas vaikas vidutiniškai per 5 dienas nesuvalgė 19 g maisto.

- „Gudručiai“ išmetė 3 kg 690 g maisto, vienam vaikui per 5 dienas vidutiniškai tenka **42 g** išmesto kiekio.
- „Strakaliukai“ išmetė 4 kg 665 g maisto, vienam vaikui per 5 dienas vidutiniškai tenka **57 g** išmesto kiekio.
- „Šnekučiai“ išmetė 5 kg 255 g maisto, vienam vaikui per 5 dienas vidutiniškai tenka **64 g** išmesto kiekio.
- „Kodėlčiukai“ išmetė 3 kg 960 g maisto, vienam vaikui per 5 dienas vidutiniškai tenka **67 g** išmesto kiekio.
- „Linksmučiai“ išmetė 4 kg 115 g maisto, vienam vaikui per 5 dienas vidutiniškai tenka **68 g** išmesto kiekio.
- „Pabiručiai“ išmetė 3 kg 780 g maisto, vienam vaikui per 5 dienas vidutiniškai tenka **104 g** išmesto kiekio.

GRUPĖ	Pirm.	Antr.	Treč.	Ketv.	Penk.
"GUDRUČIAI"	1,730 (12)	0,580 (18)	0,535 (17)	0,305 (16)	0,540 (17)
"ŽINIUKAI"	0,665 (14)	0,585 (16)	— (14)	— (11)	0,250 (10)
"STRAKALIUKAI"	1,425 (16)	0,930 (16)	0,585 (19)	0,710 (17)	1,015 (16)
"KODĖLČIUKAI"	0,920 (14)	1,105 (12)	0,605 (13)	0,445 (13)	0,885 (9)
"LINKSMUČIAI"	0,875 (12)	1,185 (15)	0,460 (15)	0,725 (14)	0,810 (8)
"PABIRUČIAI"	— (5)	1,350 (5)	0,520 (8)	0,610 (9)	1,300 (11)
"ŠNEKUČIAI"	1,755 (12)	1,660 (18)	0,605 (15)	0,765 (15)	0,470 (12)

Darželio grupės iš  
viso išmetė  
nesuvalgyto  
maisto 26 kg 765 g

# Mokykloje mažiausiai nesuvalgyto maisto išmetė 2 klasė



- Viso nesuvalgyto maisto per 5 dienas 6 kg 345 g.
- Vienas vaikas vidutiniškai per 5 dienas nesuvalgė 62 g maisto.



- 3A klasē išmetē 11 kg 680 g maisto, vienam vaikumam per 5 dienas vidutinišķai tenka **128 g** išmesto kiekio.
- 3B klasē išmetē 14 kg 050 g maisto, vienam vaikumam per 5 dienas vidutinišķai tenka **140 g** išmesto kiekio.
- 1A klasē išmetē 15 kg 545 g maisto, vienam vaikumam per 5 dienas vidutinišķai tenka **142 g** išmesto kiekio.
- 4 klasē išmetē 17 kg 635 g maisto, vienam vaikumam per 5 dienas vidutinišķai tenka **183 g** išmesto kiekio.
- 1B klasē išmetē 20 kg 385 g maisto, vienam vaikumam per 5 dienas vidutinišķai tenka **196 g** išmesto kiekio.

# Mokykloje per 5 dienas išmesta nesuvalgyto maisto 85 kg 640 g

KLASĖ	Piz.	PIRMADIE Nis 05-15	Tre.	Ket.	Penk.	
4	kg mok (20)	3,565. (20)	3,485. (20)	1,985. (21)	3,345. (19)	5,225. (18)
3A	kg mok (18)	2,515. (18)	2,460 (20)	1,950. (17.)	1,545 (18)	2,970 (18)
3B	kg mok. (21)	4,330. (21)	1,765 (20)	0,690 (20)	1,995 (19)	5,270 (20)
2	kg mok. (20)	1,905 (19)	1,015 (22)	0,635 (20)	1,065 (20)	1,725 (21)
1A	kg mok. (23)24	3,100 (24)	1,990 (21)	2,535 (21)	2,965 (21)	4,955 (21)
1B	kg mok. (22)	5,270 (23)	3,960 (23)	1,880 (20)	3,235 (19)	6.040 (20)



## MAŽIAU ATLIEKŲ

- Agurkai, morkos, pomidorai.
- Plovas, troškiniai, maltinukai.
- Sriuba su mėsa.
- Trinta sriuba.

## DAUGIAU ATLIEKŲ

- Salotos, kopūstai, burokėliai.
- Žuvis.
- Sriuba su kruopomis.

# Įvairios daržovės ir vaisiai bent 5 kartus per dieną? Ar suvalgome?



- Išmetame daug daržovių, kurios yra vitaminų, maistinių skaidulų, mineralinių medžiagų, organinių rūgščių, angliavandenių šaltinis.

# Baltymai



- Pagrindinė mūsų organizmo statybinė medžiaga. Baltymai reikalingi mūsų kūnui, kad augtume, stiprėtume ir būtume sveiki.

# Angliavandeniai



- Mūsų energijos šaltinis. Greitai pasisavinamos kalorijos, kurios suteikia mums jėgų.
- Tai kruopos, košės, makaronai, bulvės, duona.

# Sakome ačiū

