

TVIRTINU:

Panevėžio Rožyno progimnazijos
Direktorė Alma Ramoškaitė

I SAVAITĖ

Antradienis



Patiekalo pavadinimas	Receptūr. nr.	Išeiga gramais	Energetinė vertė, kcal
Salotos su vištiena ir sūriu (45%)	87	100	132
Silkės ir daržovių užkandėlė	113	40/70	105
Miežinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	266	250	206
Orkaitėje keptas jautienos šnicelis (tausojantis)	350	110	143
Kiauliena, troškinta su morkomis ir porais (tausojantis)	11-5/102T	200	402
Kiaulienos išpjovos kepsnys (tausojantis)	297	100	177
Baltasis padažas su krapais (tausojantis)	63	50	54
Kepti varškėčiai (varškė 9%)	61	200	414
Padažas : uogienė		40	114
Garnyras :			
Virtos perlinės kruopos (augalinis, tausojantis)	4	100	108
Virtų burokėlių salotos su citrinų sultimis (augalinis)	100	25	21
Morkų, agurkų ir baltųjų ridikų salotos su sezamo sėklomis (augalinis)	19	25	23
Sezoninės daržovės		50	10
Nesaldinta čiobrelių arbata	17-1/2	200	0
Nesaldintas sezoninių vaisių ir uogų gėrimas	17	200	28