

II SAVAITĖ

Pirmadienis

TVIRTINU:

Panevėžio Rožyno progimnazijos
Direktorė Alma Ramoškaitė



Alma Ramoškaitė

Patiekalo pavadinimas	Receptūr. nr.	Išeiga gramais	Energetinė vertė, kcal
Salotos su vištiena ir kiaušiniu	16	120	185
Keptos žuvies (jūros lydeka) užkandėlė	120	80/50	220
Burokėlių sriuba/grietinė (30%) (tausojantis)	1-3/39T	250/5	172
Kepti garuose vištienos kukuliai (tausojantis)	293	200	271
Kalakutiena, troškinta su svogūnais ir krapais (tausojantis)	35	200	287
Kepta garuose vištienos filė (tausojantis)	33	110	185
Varškės (9%) apkepas su avietėmis (tausojantis)	279	200	420
Padažas : jogurtas (1,5%)		40	18
Garnyras:			
Virti ryžiai su ciberžole (augalinis, tausojantis)	11	100	119
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos (augalinis)	2-1/8A	25	15
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A	25	22
Sezoninės daržovės		50	10
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2	200	0
Nesaldintas sezoninių vaisių ir uogų gėrimas	17	200	28