

II SAVAITĖ

Penktadienis

TVIRTINU:

Panevėžio Rožyno progimnazijos

Direktoriė Alma Ramoškaitė



Patiekalo pavadinimas	Receptūr. nr.	Išėiga gramais	Energetinė vertė, kcal
Salotos su vištiena ir kiaušiniu	16	120	185
Keptos žuvies (jūros lydeka) užkandėlė	120	80/50	220
Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/24AT	250	149
Keptas garuose vištienos maltinukas (tausojantis)	32	60	124
Krevetės grietinėlės (36%) padaže (tausojantis)	292	200	333
Žuvies (jūros lydeka) kotletas (tausojantis)	9-8/162T	100	117
Vištienos file, įdaryta sūriu (22%) ir pomidorais (tausojantis)	291	120	237
Virti varškėčiai (varškė 9%)	7-3/60T	200	342
Padažas : grietinė (30%)			116
Garnyras:			
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	2	100	119
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos (augalinis)	111	25	15
Virtų burokėlių salotos su citrinų sultimis (augalinis)	100	25	21
Sezoninės daržovės		50	10
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2	200	0
Nesaldintas sezoninių vaisių ir uogų gėrimas	17	200	28