

TVIRTINU

Panevėžio Rožyno progimnazija

Direktorė Alma Ramoškaitė

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00-8.30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos dešrelės (tausojantis)		100	14	18	2	229
Pomidorai		50	1	0	2	11
Duona pilno grūdo		30	2	0	16	76
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2	200	0	0	0	0
Javinių batonėlis		25	2	2	18	101
Ananasas		210	1	0	23	98
Iš viso			20	20	61	515

Pietūs 10.30-11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė *vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/39AT	250	2	4	17	114
Kiauliena, troškinta su morkomis ir porais (tausojantis)	11-5/102T	200	27	35	9	461
Virtos perlinės kruopos (augalinis, tausojantis)	4	100	3	1	22	108
Pekino kopūstų, morkų ir obuolių salotos	117	50	0	3	5	44
Sezoninės daržovės		50	0	0	2	10
Švž. spaustos morkų sultys	98	200	1	0	23	95
Greipfrutas		200	1	0	15	66
Vynuogės		280	2	1	49	215
Iš viso			36	44	142	1113

Priešpiečiai (pavakariai) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė *vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Iš viso			0	0	0	0

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė *vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Iš viso			0	0	0	0

*- neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo įstaigų valgiaraštyje