

TVIRTINU:

Panevėžio Rožyno progimnazijos
Direktore Alma Ramoškaitė



III SAVAITĖ

Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūr. nr.	Išga gramai s	Energetinė vertė, kcal
Salotos su vištiena ir apelsinais	18	120	146
Silkės ir daržovių užkandėlė	113	40/60	105
Burokėlių sriuba/ grietinė (30%) (tausojantis)	1-3/39T	250/5	172
Keptas garuose jautienos šnicelis (tausojantis)	350	110	143
Baltasis padažas su krapais (tausojantis)	63	50	54
Kiauliena, troškinta su morkomis ir porais (tausojantis)	11-5/102T	200	402
Tarkuotų bulvių didžkukuliai su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	8	300	323
Tarkuotų bulvių didžkukuliai su varške (9%) (tausojantis)	8 (1)	300	348
Padažas: sviestas (82%)		10	56
grietinė (30%)		20	45
Garnyras:			
Virtos perlinės kruopos (augalinis, tausojantis)	4	100	108
Pekino kopūstų, morkų ir obuolių salotos su majonezu (be E)	117	25	22
Raugintų kopūstų salotos (augalinis)	108	25	29
Sezoninės daržovės		50	10
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2	200g	0
Nesaldintas sezoninių vaisių ir uogų gėrimas	17	200	28