

III SAVAITĖ

Ketvirtadienis

TVIRTINU:
 Panevėžio Rožyno progimnazijos
 Direktore Alma Ramoškaitė



Patiekalo pavadinimas	Receptūr. nr.	Išėiga gramais	Energetinė vertė, kcal
Salotos su vištiena ir apelsinais	18	120	146
Keptos žuvies (jūros lydeka) užkandėlė	120	480/50	220
Pupelių sriuba (augalinis, tausojantis)	221	250	228
Kepti garuose kiaulienos kukuliai (tausojantis)	12	200	272
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	664	200	490
Kepta garuose kiaulienos nugarinė (tausojantis)	7	120	164
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	7-8/169T	200	464
Padažas: trintos šald. uogos		40	116
Garnyras:			
Virtos miežinės kruopos (augalinis, tausojantis)		100	6
Švž. kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/4A	25	21
Morkų salotos su česnakais ir majonezu (be E)	107	25	22
Sezoninės daržovės		50	10
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2	200	0
Nesaldintas sezoninių vaisių ir uogų gėrimas	17	200	28