

TVIRTINU:

Panevėžio Rožyno progimnazijos
Direktoriė Alma Ramoškaitė



III SAVAITĖ

Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūr. nr.	Išėiga gramais	Energetinė vertė, kcal
Salotos su vištiena ir apelsinais	18	120	146
Keptos žuvies (jūros lydeka) užkandėlė	120	80/50	220
Sriuba su ryžiais ir pomidorais (augalinis, tausojantis)	1-3/33AT	250	140
Keptas garuose vištienos maltinukas (tausojantis)	32	60	124
Kalakutiena, troškinta su daržovėmis (tausojantis)	10-5/102T	200	268
Žuvies (jūros lydeka) užkepėlė su daržovėmis (tausojantis)	9-8/161T	200	289
Virti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	7-3/60T	200	342
Padažas: grietinė (30%)		40	116
Garnyras:			
Bulvių košė (tausojantis)	4-3/64T	100	83
Salotos „Pavasaris“ (augalinis)	116	25	25
Virtų burokėlių salotos su citrinų sultimis (augalinis)	100	25	20
Sezoninės daržovės		50	10
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2	200	0
Nesaldintas sezoninių vaisių ir uogų gėrimas	17	200	28