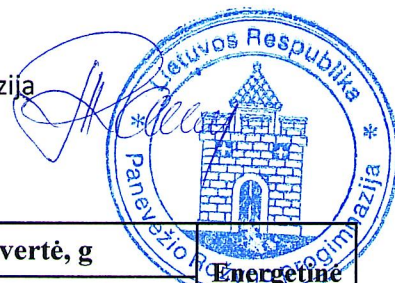


TVIRTINU

Panevėžio Rožyno progimnazija

Direktorė Alma Ramoškaitė



2 savaitė
Pirmadienis

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	
Virti vištų kiaušiniai (tausojantis)		2 vnt.	19	8	1	126
Duona pilno grūdo		30	2	1	16	76
Sviestas (80%)		20	2	16	2	148
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2	200	0	0	0	0
Mandarinai		310	4	2	64	285
Vynuogės		220	2	1	46	169
Iš viso			29	28	129	804

Pietūs 11.30-12.30 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
Grietinė (30%)		5	0	2	0	15
Kalakutiena, troškinta su svogūnais ir krapais (tausojantis)	35	200	32	13	9	287
Virti ryžiai su ciberžole (augalinis, tausojantis)	11	100	3	0	26	119
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos (augalinis)	111	50	0	2	1	30
Sezoninės daržovės		50	0	0	2	10
Bananai		470	3	1	58	250
Ananasas		140	1	0	14	60
Nesaldintas vaisių ir uogų gėrimas	17	200	0	0	6	28
Iš viso			41	22	133	913

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

Vakariėnė 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