

TVIRTINU:

Panevėžio Rožyno progimnazijos
Direktore Alma Ramoškaitė



III SAVAITĖ

Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūr. nr.	Išėiga gramais	Energetinė vertė, kcal
Salotos su vištiena ir apelsiniais	18	120	146
Silkės ir daržovių užkandėlė	113	40/70	105
Pieniška (pienas 2,5%) makaronų sriuba (tausojantis)	258	250	188
Kepti garuose kalakutienos kukuliai (tausojantis)	294	200	276
Kalakutienos guliašas (tausojantis)	668	200	327
Kalakutienos file kepsnys (tausojantis)	44	120	292
Sklindžiai su varške (9%)	7-3 (1)	200	407
Padažas: trintos šald. uogos		40	18
Garnyras:			
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	3	100	76
Švž. kopūstų, morkų ir cukinijų salotos (augalinis)	2-1/22A	25	17
Virtų burokėlių salotos su obuoliais (augalinis)	2-3/63A	25	32
Sezoninės daržovės		50	10
Nesaldinta mėtų arbata	17-1/2	200	0
Nesaldintas sezoninių vaisių ir uogų gėrimas	17	200	28