

TVIRTINU

Panevėžio Rožyno progimnazija

Direktorė Alma Ramoškaitė

2 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00-8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Duona pilno grūdo		60	2	1	32	126
Sviestas (82%)		30	0	25	0	223
Fermentinis sūris (45%)		80	18	22	1	276
Nesaldinta kinrožių arbata	17-1/2	200	0	0	0	0
Vynuogės		140	1	1	25	108
Iš viso			21	49	58	733

Pietūs 10.30-11.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė *vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštinių sriuba (augalinis, tausojantis)	265	250	4	2	21	119
Kepta garuose kiaulienos sprandinė (tausojantis)	45	120	25	34	3	416
Bulvių košė (tausojantis)	4-3/64T	100	2	2	13	83
Salotos "Pavasaris"	101	50	1	2	4	50
Sezoninės daržovės		50	0	0	2	10
Švž. spaustos apelsinų sultys (augalinis)	95	200	4	1	55	245
Mandarinai		260	1	1	19	86
Bananai		300	2	0	35	150
Iš viso			39	42	152	1159

Priešpiečiai (pavakariai) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė *vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Iš viso			0	0	0	0

Vakarienė val.

vakariene val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	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