

1 savaitė  
Ketvirtadienis

TVIRTINU  
Panevėžio Rožyno progimnazija  
L. e. p. direktorė Alma Ramoškaitė



**Pusryčiai 9.00-9.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo makaronai su ypač tyru alyvuogių aliejumi(augalinis,tausojantis)	6-3/61AT	250/15				
Šv.agurkai		50				
Vaisiai		100				
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2	200				
<b>Iš viso</b>			0	0	0	0

**Pietūs 10.00 - 11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė *vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis,tausojantis)	1-3/40AT	150				
Virti varškėčiai(varškė 9proc.)(tausojantis)	7-3/60T	230				
Nesaldintas jogurtas(3,9proc.)		25				
Vaisiai		100				
Nesaldintas vaisių gėrimas		200				
<b>Iš viso</b>			0	0	0	0

**Priešpiečiai (pavakariai) val.**

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

**Vakarienė val.**

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

\*- neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo įstaigų valgiaraštyje