



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

1 savaitė
 Penktadienis

Pusryčiai 9.00-9.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais(augalinis,tausojantis)	3-5/105AT	250				
Vaisiai		120				
Kefyras(2,5proc.)		200				
Iš viso			0	0	0	0

Pietūs 11.00-12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė *vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sriuba su ryžiais ir pomidorais (augalinis,tausojantis)	251	150				
Kepta žuvis	41	100				
Bulvių košė(tausojantis)	4-3/64T	100				
Pekino kopūstų,porų ir pomidorų salotos su aliejumi(augalinis)	2-1/6A	100				
Sezoninės daržovės		30				
Nesaldintas vaisių gėrimas		200				
Iš viso			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	
Iš viso			0	0	0	0

Vakarienė 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