

3 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 | |
| Virti viso grūdo makaronai su alyv. aliejumi (augalinis, tausojantis) | 6-3/61AT | 250/15 | | | | |
| Vaisiai | | 150 | | | | |
| Nesaldinta juodoji arbata | 17-1/2 | 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 | |
| Perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis) | 1-3/40AT | 150 | | | | |
| Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa (kiauliena) | 8 | 200 | | | | |
| Sviesto (82%) ir grietinės (30%) padažas | | 10/20 | | | | |
| Vaisiai | | 150 | | | | |
| 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