

1 savaitė  
Pirmadienis

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



**Pusryčiai 9.00-9.30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su sėlenėlėmis (tausojantis)	5	220				
Vaisiai		120				
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2	200				
<b>Iš viso</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Pietūs 10.00-11.00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė *vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška daržovių sriuba(tausojantis)	261	150				
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	7-8/169T	150				
Natūralus jogurtas (3,9%)		10				
Uogų džemas		5				
Nesaldintas vaisių gėrimas		200				
<b>Iš viso</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Priešpiečiai (pavakariai) val.**

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

**Vakarienė val.**

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

\*- neprivaloma nurodyti bendrojo ugdytojų įstaigų valgiaraštyje