

1 savaitė
Ketvirtadienis

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



Pusryčiai 9.00-9.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išseiga	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	200/10				
Šv.agurkai		30				
Vaisiai		100				
Nesaldinta juodoji arbata	17-1/2	200				
Iš viso			0	0	0	0

Pietūs 10.00 - 11.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išseiga	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	180				
Nesaldintas jogurtas(3,9proc.)		20				
Vaisiai		150				
Nesaldintas vaisių gėrimas		200				
Iš viso			0	0	0	0

Priešpiečiai (pavakariai) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išseiga	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.	Išseiga	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