

Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija

# Sausio mėnesio pietų valgiaraštis

2018

Siūloni patiekalai: 2018 sausio 4 d.

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Energetinė vertė Kcal	Kaina
Salotos „Inga“	100		0,76
Salotos „Baltija“	100		0,62
Kalafijorų salotos	100		0,44
Burokėlių salotos	100		0,26
Kopūstų – grybų salotos	100		0,22
Ryžių sriuba su pomidorų padažu	250		0,20
Naminis kotletas	100/9		1,10
Kiaulienos guliašas	75/100/9		1,15
Kepta vištienos filė su padažu	75/30/9		1,55
Varškės sklandžiai su džemu	160/30		0,70
Garnyras: Bulvių košė ir kopūstų salotos su paprika	100 50		0,20 0,15



Siūlomi patiekalai: 2018 sausio 8 d.

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Energetinė vertė Kcal	Kaina
Salotos „Inga“	100		0,76
Salotos „Baltija“	100		0,62
Kalafijorų salotos	100		0,44
Burokėlių salotos	100		0,26
Kopūstų – grybų salotos	100		0,22
Daržovių sriuba su perlinėmis kruopomis	250		0,30
Naminis kotletas	100/9		1,25
Kiaulienos guliašas	75/100/9		1,25
Kepta vištienos filė su padažu	75/30/9		1,60
Kepti varškėčiai sklandžiai su grietine	150/30		1,10
Garnyras: Virti griekiai ir kopūstų salotos su paprika	100 50		0,25 0,20