

Daugavpils 15.vidusskolas ēdnīcas ēdienkarte.

Apstiprinu:
Daugavpils 15.vidusskolas
Direktors: A.Gržibovskis

Pusdienas 5.-8. klašu izglītojamiem.

Saskaņots:
Daugavpils 15.vidusskolas
Skolas māsa: I.Daukšta

19.01.2015.-23.01.2015.

	Pirmdiena	Svars	Cena EUR	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	Kcal.
1	Svaigu kāpostu burkānu salāti	50		0.73	3.03	3.07	41.90
2	Zirņu zupa / maize	200/40		11.23	8.80	30.86	249.63
3	Kurzemes strogonovs	50/50		10.62	16.88	3.92	212.65
4	Vārīti griķi	150		8.11	3.23	40.81	224.29
5	Tēja ar cukuru	200		0.10	0.02	16.66	66.91
6	Banāns	50		0.79	0.05	11.03	47.72
		Kopā:	1,42	31.58	32.01	106.35	843.10
	Otrdiena						
1	Kāpostu salāti ar saldo kukurūzu	60		2.22	3.76	11.88	87.14
2	Maize	40		2.65	0.48	13.74	69.91
3	Cūkgaļas kotlete	70		8.91	21.56	8.89	267.05
4	Kartupeļu biezenis	170		3.63	4.89	22.67	150.27
5	Cepums	30		3.50	6.34	20.44	152.58
6	Tēja ar cukuru	200		0.50	0.07	26.20	107.46
7	Apelsīns	50		0.34	0.08	3.10	14.46
		Kopā:	1,42	21.75	37.18	106.92	848.87
	Trešdiena						
1	Biešu- kāpostu salāti	50		0.78	5.02	3.99	61.59
2	Borščs / krējums/ maize	250/5/40		9.60	12.11	33.13	280.43
3	Vārīti makaroni	150		5.20	1.55	34.85	174.11
4	Aknu strogonovs	60/60		15.01	10.10	17.48	209.15
5	Ābolu kompots	200		0.13	0.26	22.76	93.46
6	Ābols	50		0.20	0.40	4.87	23.86
		Kopā:	1,42	30.92	29.44	117.08	842.60
	Ceturtdiena						
1	Burkānu salāti ar sezama sēkliņām	80		1.75	7.99	6.99	109.65
2	Svaigu kāpostu zupa /krējums /maize	250/10/40		7.91	9.64	29.11	231.49
3	Zivs šnicele ar krējuma mērci	70/30		12.90	15.28	15.36	250.87
4	Kartupeļu biezenis	170		3.63	4.89	22.67	150.27
5	Žāvētu augļu kompots	200		0.50	0.07	26.20	107.46
6	Bumbieris	50		0.20	0.15	4.85	21.57
		Kopā:	1,42	26.89	38.02	105.18	871.31
	Piektdiena						
1	Biešu salāti	80		1.17	3.06	8.75	67.20
2	Vārīti cīsiņi	75		8.22	17.85	1.20	198.33
3	Kartupeļu biezenis	170		3.63	4.89	22.67	150.27
4	Maize	40		2.65	0.48	13.74	69.91
5	Biezpiena maizīte	75		12.25	5.90	28.79	215.11
6	Ābolu kompots	200		0.13	0.26	22.76	93.46
7	Banāns	50		0.79	0.05	11.03	47.72
		Kopā:	1,42	28.84	32.49	108.94	842.00

* Piens – tiek nodrošināts

atbalsta programmā par piena produktu piegādi izglītojamiem vispārējās izglītības iestādēs

	Svars	Cena EUR	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	Kcal.
*Bezmaksas piens	200	0	5,60	4,00	9,50	96,40