

Daugavpils 15.vidusskolas ēdnīcas ēdienkarte.

**Pusdienas 1.-4. klašu izglītojamiem
05.05.2015. - 08.05.2015.**

	Pirmdiena	Svars	Cena EUR	Olbalt.	Tauki	Oglh.	Kcal.	Alerģēni
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
		Kopā:	1,42					
	Otrdiena							
1	Svaigs gurķis	30		0,94	3,05	3,00	39,37	
2	Makaroni ar sieru	180/40		15,53	18,09	41,89	392,44	kviešu milti,siers
3	Maize	40		2,65	0,48	13,74	69,91	kviešu, rudzu milti
4	Augļu deserts	110		3,14	4,87	38,54	215,47	jogurts
5								
6								
		Kopā:	1,42	22,26	26,49	97,17	717,19	
	Trešdiena							
1	Biešu salāti ar eļļu	60		0,89	2,05	7,05	50,14	
2	Nūdeļu zupa /maize	250/40		8,08	7,84	29,37	222,05	kviešu, rudzu milti
3	Vārīti cīsiņi	65		7,13	15,49	1,04	172,04	
4	Kartupeļu biezenis	150		3,24	4,00	20,08	130,34	piens
5	Ābolu kompots	200		0,13	0,26	22,76	93,46	
6	Bumbieris	50		0,20	0,15	4,85	21,57	
		Kopā:	1,42	20,06	30,68	87,74	709,53	
	Ceturtdiena							
1	Svaigu kāpostu salāti ar saldo kukurūzu ar eļļu	50		1,76	5,54	9,35	91,48	
2	Maize	40		2,65	0,48	13,74	69,91	kviešu, rudzu milti
3	Cūkgaļas kotlete	60		7,74	16,11	8,88	217,72	kviešu milti, olas
4	Kartupeļu biezenis	150		3,24	4,00	20,08	130,34	piens
5	Cepums	25		2,17	4,73	16,09	115,46	kviešu milti, olas
6	Dzērveņu dzēriens	200		0,27	0,02	34,35	138,20	
7	Apelsīns	50		0,34	0,08	3,10	14,46	
		Kopā:	1,42	18,17	30,96	105,59	777,57	
	Piektdiena							
1	Svaigu kāpostu salāti ar kons. zirnīšiem	50		1,76	5,54	9,35	91,48	
2	Maize	40		2,65	0,48	13,74	69,91	kviešu, rudzu milti
3	Dārzeņu sautējums ar gaļu	150/50		13,45	22,67	21,20	344,61	
4	Dzērveņu ķīselis	200		0,27	0,02	34,35	138,20	
5	Cepums	20		1,74	3,82	13,06	93,46	kviešu milti, olas
6	Ābols	50		0,20	0,40	4,87	23,86	
7								
		Kopā:	1,42	20,07	32,93	96,57	761,52	

Ēdnīcas vadītāja: N. Rodčenko
Saskaņots: skolas māsa I.Daukšta

* Piens – tiek nodrošināts

atbalsta programmā par piena produktu piegādi izglītojamiem vispārējās izglītības iestādēs

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