

**Pusdienas 5.-12. klašu izglītojamiem
par periodu __.09.2017- __.09.2017.**

	Pirmdiena	Svars	Cena EUR	Olbv.	Tauki
1	Dzeramais jogurts ar augļu piedevām	200 g.	0.50	4.46	3.81
2	Cepts vistas gaļas	80 g.	0.50	15.16	14.16
3	Rupjmaize	40 g.	0.09	2.76	0.44
4	Vārīti rīsi	180 g.	0.14	4.57	6.61
5	Burkānu salāti ar eļļu	80 g.	0.15	0.71	9.72
6	Tēja ar cukuru	200 g.	0.02	0.00	0.00
		Kopā:	1.40	27.66	34.74
	Otradiena				
1	Sv.kāpostu-kartupeļu zupa ar krējumu	250/10 g.	0.13	1.84	8.65
2	Baltmaize	40 g.	0.09	3.76	1.12
3	Aknu kotlete	90 g.	0.56	11.85	11.01
4	Kartupeļu biežputra	180 g.	0.15	3.91	3.64
5	Zaļie dārzeņu salāti ar eļļa	100 g.	0.20	1.16	9.40
6	Svaigu ābolu kompots	200 g.	0.07	0.10	0.10
7	Banāns	80 g.	0.20	0.96	0.24
		Kopā:	1.40	23.58	34.16
	Trešdiena				
1	Īpašā kotlete	80 g.	0.66	10.85	17.03
2	Vārīti griķi	150 g.	0.16	9.00	6.70
3	Svaigu dārzeņu salāti ar krējumu	60 g.	0.09	0.73	0.89
4	Baltmaize ar sieru	30/25 g.	0.30	9.00	7.14
5	Tēja ar citronu	200 g.	0.06	0.04	0.02
6	Banāns	50 g.	0.13	0.60	0.15
7		Kopā:	1.40	30.22	31.93
	Ceturtdiena				
1	Biešu zupa ar pupiņām, gaļu un krējumu	250/5 g.	0.24	8.39	8.43
2	Baltmaize	40 g.	0.09	3.76	1.12
3	Mājas sautējums	270 g.	0.63	12.51	22.64
4	Marinēti gurķi	40 g.	0.09	1.12	0.00
5	Rozīņu kompots	200 g.	0.07	0.32	0.07
6	Āboli	170 g.	0.28	0.68	0.68
		Kopā:	1.40	26.78	32.94
	Piektdiena				
1	Mintejas filejas kotlete	90 g.	0.51	11.95	8.70
2	Vārīti kartupeļi	200 g.	0.17	4.12	0.21
3	Biešu, sieru salāti ar majonēze	100 g.	0.31	8.99	14.64
4	Bulciņa ar kanēlis	40 g.	0.26	4.84	3.92

5	Kakao ar pienu	200 g.	0.15	2.81	3.22
		Kopā:	1.40	32.71	30.69
Ēdnīcas vadītāja: _____		Saskaņā			
*Darzeni, augļi - tiek nodrošināts		atbalsta programmā "Skolas augļis" no			
		gada 05. februārim 1. porcija 100 gr - trīs			
*Piens - tiek nodrošināts		balsta programmā par piena produktu piegādi			
		Svars	Cena EUR	Olbv.	Tauki
	*Bezmaksas piens	200	0.00	4.50	3.00

INU

Ogļh.	Kcal.	Alerģēni
26.28	154.27	piens
0.07	188.61	krējums
21.84	97.48	rudzi
49.38	264.40	
6.16	106.77	
9.99	39.50	
113.72	851.03	
10.70	125.67	krējums
25.36	120.56	kvieši
15.72	204.22	kvieši, olas
29.49	165.98	piens
5.19	102.11	
13.10	52.22	
18.48	77.60	
118.04	848.36	
13.53	246.24	ola,kvieši
49.50	289.06	
4.73	27.64	krējums
19.57	254.42	kvieši, piens
10.54	41.36	
11.55	48.50	
109.42	907.22	
19.28	178.85	krējums, kvieši
25.36	120.56	kvieši
32.18	376.40	
0.52	7.60	
18.54	73.10	
22.10	90.10	
117.98	846.61	
14.36	178.21	zivs,kvieši,ola
37.70	166.86	
6.70	289.79	piens, olas
32.68	176.12	

13.88	100.88	kvieši,ola,piens
105.32	911.86	piens

tos:

2017 gada 02. novembra līdz 2017.

s reizez nedelā

di izglītojamiem vispārējās izglītības iestād

Ogļh.	Kcal.	
7.20	81.00	Piena produkti