

Daugavpils 15.vidusskolas ēdnīcas ēdienkarte.
**Launagi pagarinātās dienas grupas
izglītojamiem**

12.10.2015.-16.10.2015.

	Pirmdiena	Svars	Cena EUR	Olbalt.	Tauki	Oglh.	Kcal.	Alerģeni
1	Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu	200/15		6,38	4,16	40,30	223,97	piens, sviests
2	Tēja ar cukuru	200		0,10	0,02	16,66	66,91	
3	Sviestmaize	20/5		1,64	4,31	9,83	82,58	kviešu milti, sviests
		Kopā:	0.71	8,12	8,49	66,79	373,46	
	Otrdiena							
1	Kartupeļu biezenis/kotlete	100/30		8,48	16,48	19,52	262,53	piens, sviests, kv.milti, olas
2	Maize	20		1,32	0,24	6,84	34,80	kviešu, rudzu milti
3	Ābolu kompots	200		0,13	0,25	20,73	85,32	
		Kopā:	0.71	9,93	16,97	47,09	382,65	
	Trešdiena							
1	Plānās pankūkas ar gaļu	120		17,09	8,97	37,00	297,47	kviešu milti, piens, olas
2	Dzērveņu sulas dzēriens	200		0,10	0,00	21,42	85,68	
3								
		Kopā:	0.71	17,19	8,97	58,42	383,15	
	Ceturtdiena							
1	Kartupeļu salāts ar eļļu	100		1,92	5,11	10,74	97,82	
2	Jogurts	200		5,80	5,00	32,17	196,82	jogurts
3	Smalkmaizīte	20		1,64	1,88	13,10	75,02	kviešu milti, olas
4	Maize	20		1,32	0,24	6,84	34,80	kviešu, rudzu milti
		Kopā:	0.71	10,68	12,23	62,85	404,46	
	Piektdiena							
1	Kartupeļu pankūkas ar krējumu	150/10		5,83	14,49	26,38	261,89	kviešu milti, olas, krējums
2	Maize	20		1,32	0,24	6,84	34,80	kviešu, rudzu milti
3	Tēja ar cukuru	200		0,10	0,02	16,66	66,91	
		Kopā:	0.71	7,25	14,75	49,88	363,60	

Ēdnīcas vadītāja: A.Vilciņa

Saskaņots: skolas māsa I.Daukšta

Pievienotā sāls daudzums gatavajā ēdienā nepārsniedz 0,4 g uz 100 g produkta. Ēdienam pievienotā cukura daudzums nepārsniedz 20 g pusdienās.