

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

**07.12.2015.-11.12.2015.**

	<b>Pirmdiena</b>	<b>Svars</b>	<b>Cena EUR</b>	<b>Olbalt.</b>	<b>Tauki</b>	<b>Ogļh.</b>	<b>Kcal.</b>	<b>Alerģēni</b>
1	Rauga pankūkas ar ievārijumu	120/15		4,49	3,56	34,17	186,65	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:	<b>0.71</b>	<b>6,23</b>	<b>7,89</b>	<b>60,66</b>	<b>336,14</b>	
	<b>Otrdiena</b>							
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:	<b>0.71</b>	<b>9,93</b>	<b>16,97</b>	<b>47,09</b>	<b>382,65</b>	
	<b>Trešdiena</b>							
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:	<b>0.71</b>	<b>17,19</b>	<b>8,97</b>	<b>58,42</b>	<b>383,15</b>	
	<b>Ceturtdiena</b>							
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:	<b>0.71</b>	<b>10,68</b>	<b>12,23</b>	<b>62,85</b>	<b>404,46</b>	
	<b>Piektdiena</b>							
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:	<b>0.71</b>	<b>7,25</b>	<b>14,75</b>	<b>49,88</b>	<b>363,60</b>	

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.