

Daugavpils 15.vidusskolas ēdnīcas ēdienkarte

Datums	Pusdienas 1.-4. klašu izglītojamiem no 05.09.2016.g. līdz 09.09.2016						Alerģēni
	Ēdiena nosaukums	Porcijas iznāk. g.	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	Kcal.	
05.09.2016.	Svaigu burkānu, ķiploku salāts ar eļļu Borščs ar gaļu un krējumu Rupjmaize Makaroni sacepti ar kabaci, cūkgaļu, sieru Apelsīnu ķīselis Bumbieris	50 200/10/5 40 170/40/10 200 50	0,64 4,89 2,76 15,05 0,48 0,20	2,05 4,65 0,44 21,68 0,08 0,15	3,87 13,09 18,92 35,93 32,95 4,75	36,43 113,78 90,68 399,05 134,47 21,15	Piena produkti Glutēns
	Kopā dienā :		24,02	29,05	109,51	795,56	
06.09.2016.	Svaigu kāpostu, ābolu salāts ar eļļu Rīsu, kartupeļu zupa ar frikadeli un krējumu Rupjmaize Sautēta cūkgaļa ar kartupeļiem, ķirbi Mājas gaumē Tēja ar pienu Apelsīns	60 200/20/5 40 45/170 200 70	0,70 7,80 2,76 13,24 2,65 0,63	1,14 6,92 0,44 19,26 1,68 0,14	4,99 26,93 18,92 25,91 21,76 5,67	33,04 201,08 90,68 329,95 112,71 26,46	Piena produkti Glutēns Olas
	Kopā dienā :		27,78	29,58	104,18	793,92	
07.09.2016.	Biešu salāti ar eļļu Zirņu biezeņzupa ar sausiņiem Rupjmaize Zivju lodītes ar sieru Kartupeļi vārīti Dzērveņu sulas dzēriens Plūme	50 200/15 40 65/15 160 200 50	0,72 7,75 2,76 13,92 3,15 0,12 0,40	2,05 5,83 0,44 12,04 8,41 0,00 0,00	4,87 30,31 18,92 4,30 23,03 20,15 4,80	40,76 204,75 90,68 181,23 180,36 81,07 20,80	Selerijas Piena produkti Zivis Glutēns Olas
	Kopā dienā :		28,82	28,77	106,38	799,65	
08.09.2016.	Svaigu gurķu, kāpostu, pētersīļu salāti ar eļļu Rupjmaize Vistas gaļas kneli ar biežpienu Krāsni cepti dārzeņi Plūmju kompots Ābols Mannas biežputra ar ķīseli	50 40 50/25 160 200 70 100/150	0,77 2,76 17,40 3,43 0,34 0,28 3,69	3,05 0,44 19,63 5,21 0,00 0,56 2,13	2,39 18,92 0,99 24,74 13,88 6,86 32,88	40,05 90,68 250,23 159,59 56,89 33,60 165,49	Piena produkti Glutēns Olas
	Kopā dienā :		28,67	31,02	100,66	796,53	
09.09.2016.	Kāpostu, paprikas, dilļu salāti ar eļļu Rupjmaize Vistas gaļas strogonovs saldskābā mērcē Dārzeņu biezenis Banānu, kefīra dzēriens Smalkmaizīte ar ievārījumu	50 40 50/50 160 50/150 30	0,79 2,76 11,65 3,49 4,95 1,74	3,04 0,44 15,67 7,65 2,85 2,27	3,03 18,92 5,27 20,95 34,76 16,25	42,67 90,68 208,72 166,64 184,51 92,40	Selerijas Piena produkti Glutēns Olas
	Kopā dienā :		25,38	31,92	99,18	785,62	
Piens – tiek nodrošināts atbalsta programmā par piena produktu piegādi izglītojamiem vispārējās izglītības iestādēs							