

Daugavpils 15.vidusskolas ēdnīcas ēdienkarte

Datums	Pusdienas 5.-9. klašu izglītojamiem no 08.05.2017.g. līdz 13.05.2017						Alerģēni
	Ēdiena nosaukums	Porcijas iznāk. g.	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	Kcal.	
08.05.2017.	Burkānu salāti ar kukurūzu, ar eļļu	50	1,04	4,28	6,33	68,05	Glutēns Glutēns, piena produkti
	Rupjmaize	40	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Makaroni ar sieru	170/50	18,60	19,37	47,44	438,50	Piena produkti zemesrieksti
	Apelsīnu kompots	200	0,39	0,08	21,76	89,30	
	Deserts -augļu salāts ar jogurtu, zemesriekstiem	70/30	5,99	11,04	13,04	175,42	
	Kopā dienā :		28,78	35,21	107,49	861,95	
09.05.2017.	Salāti "Vitamīnu" ar eļļu	50	0,66	2,10	4,05	37,73	Piena produkti Glutēns Zivs, piena prod,olas,glutēns Piena produkti
	Miežu putrainu zupa ar krējumu	250/5	9,05	16,16	33,94	317,45	
	Rudzu maize/baltmaize	40	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Zivs plācenītis	70	10,84	9,35	10,19	168,29	
	Kartupeļu biezenis	180	3,92	4,06	25,00	152,21	
	Tēja ar cukuru	200	0,39	0,08	18,77	77,35	
	Kopā dienā :		27,62	32,19	110,87	843,71	
10.05.2017.	"Veselība" salāti ar eļļu	50	0,86	0,95	4,09	28,35	Piena produkti Glutēns Piena produkti Piena produkti
	Skābētu kāpostu zupa un krējumu	250/5	8,75	12,63	30,41	270,29	
	Rupjmaize	40	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Kartupeļu biezenis	180	3,92	4,06	25,00	151,21	
	Vistas gaļas gulašs	50/60	12,99	18,30	7,18	245,38	
	Karkadē tējas dzēriens	200	0,26	0,05	15,98	65,40	
	Apelsīns	50	0,45	0,10	4,05	18,90	
	Kopā dienā :		29,99	36,53	105,63	870,21	
11.05.2017.	Svaigu gurķu, kāpostu, paprikas salāti ar eļļu	50	0,79	3,04	3,03	42,67	Piena produkti Glutēns Olas Piena produkti
	Biešu zupa ar pupiņām, ar krējumu	250/5	10,50	12,75	24,28	253,92	
	Rupjmaize	40	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Vistas gaļas kotlete	65	13,05	15,26	7,16	218,16	
	Kartupeļu biezenis	180	3,92	4,06	25,00	152,21	
	Ābolu kompots	200	0,18	0,32	21,94	91,39	
	Bumbieris	50	0,20	0,15	4,75	21,15	
	Kopā dienā :		31,40	36,02	105,08	870,18	
12.05.2017.	Biešu salāti ar eļļu	50	0,72	2,05	4,87	40,76	Glutēns Piena produkti Glutēns,olas, piena produkti
	Rupjmaize	40	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Cūkgaļas plov	50/200	14,85	22,26	46,64	446,27	
	Miežu kafijas dzēriens	200	4,08	2,96	20,71	125,84	
	Ābols	70	0,28	0,56	6,86	33,60	
	Smilšu cepums ar kanēli	20	1,35	6,73	10,86	109,40	
	Kopā dienā :		24,04	35,00	108,86	846,55	
13.05.2017.	Burkānu, ķiploku salāti ar eļļu	60	0,72	4,05	4,47	57,24	Glutēns glutēns, piena produkti
	Rudzu maize/baltmaize	20/20	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Vārīti griķi	170	8,64	2,56	43,52	231,68	
	Buljona mērce	50	3,90	9,25	5,07	119,15	
	Cepta vista	70	16,97	19,12	7,81	271,13	
	Žāvētu augļu kompots	200	0,33	0,04	24,76	100,71	
	Banāns	50	0,75	0,05	10,50	45,45	
	Kopā dienā :		34,07	35,51	115,05	916,04	
Piens –	tiek nodrošināts atbalsta programmā par piena produktu piegādi izglītojamiem vispārējās izglītības iestādēs						