

Daugavpils 15.vidusskolas ēdnīcas ēdienkarte

Datums	Pusdienas 1.-4. klašu izglītojamiem no 20.03.2017.g. līdz 24.03.2017						Alerģēni
	Ēdiena nosaukums	Porcijas iznāk. g.	Olbalt.	Tauki	Oglh.	Kcal.	
20.03.2017.	Burkānu salāti ar eļļu Rudzu maize Vārīti makaroni ar vistas gaļu Ābolu kompots Apelsīns Biezpiena sieriņš	50 40 160/50 200 50 40	0,65 2,76 18,23 0,18 0,45 4,12	1,05 0,44 13,63 0,32 0,10 9,00	3,94 18,92 43,09 21,94 4,05 9,96	27,79 90,68 367,97 91,39 18,90 136,40	Glutēns Glutēns Piena produkti
	Kopā dienā :		26,39	24,54	101,90	733,13	
21.03.2017.	Skābētu kāpostu salāti ar sīpoliem un eļļu Borščs ar krējumu Rudzu maize/ baltmaize Kartupeļu biezenis Liellopu aknu plācenītis Tēja ar cukuru Banāns	50 200/5 20/20 180 70 200 50	0,66 6,43 2,76 3,92 13,62 0,39 0,75	5,11 6,98 0,44 4,06 7,47 0,08 0,05	1,10 17,62 18,92 25,00 11,36 18,77 10,50	52,97 158,99 90,68 152,21 167,15 77,35 45,45	Piena produkti Glutēns Piena produkti olas, glutēns
	Kopā dienā :		28,53	24,19	103,27	744,80	
22.03.2017	Salāti "Vitamīnu" ar eļļu Grūbu zupa ar krējumu Rudzu maize Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu Apelsīnu, bumbieru kompots Bumbieris	50 200/5 20 160/50 200 50	0,66 6,48 1,24 12,90 0,25 0,20	2,10 8,06 0,20 18,78 0,09 0,15	4,05 28,74 9,16 21,40 22,19 4,75	37,73 213,38 43,40 306,19 90,60 21,15	Piena produkti Glutēns
	Kopā dienā :		21,73	29,38	90,29	712,45	
24.03.2017.	Biešu salāti ar eļļu Rudzu maize/ baltmaize Cūkgaļas kotlete ar sieru Kartupeļu biezenis Ābolu, apelsīnu kompots Manna ar ķīseli	50 20/20 50/15 150 200 100/150	0,72 2,76 12,93 3,29 0,21 3,69	2,05 0,44 20,39 3,59 0,17 2,13	4,87 18,92 0,04 20,51 19,96 32,88	40,76 90,68 235,40 127,51 82,26 165,49	Glutēns Piena produkti Olas glutēns, piena produkti
	Kopā dienā :		23,60	28,77	97,18	742,10	
25.03.2017	Burkānu, kukurūzas salāti ar eļļu Rudzu maize/ baltmaize Vistas gaļas strogonovs Vārīti rīsi Apelsīnu kompots Ābols	50 20/20 50/50 150 200 70	1,87 2,76 11,92 3,53 0,39 0,28	5,71 0,44 17,60 4,63 0,08 0,56	10,91 18,92 5,17 35,74 21,76 6,86	102,52 90,68 226,76 198,70 89,30 33,60	Glutēns Piena produkti
	Kopā dienā :		20,75	29,02	99,36	741,56	
Piens –	tiek nodrošināts atbalsta programmā par piena produktu piegādi izglītojamiem vispārējās izglītības iestādēs						