

Daugavpils 15.vidusskolas ēdnīcas ēdienkarte

Datums	Pusdienas 1.-4. klašu izglītojamiem no 03.04.2017.g. līdz 07.04.2017.						Alerģēni
	Ēdiena nosaukums	Porcijas iznāk. g.	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	Kcal.	
03.04.2017.	Svaigu kāpostu salāti ar eļļu	50	0,79	3,04	3,03	42,67	Glutēns
	Rudzu maize/ baltmaize	20/20	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Vārīti cīsiņi	65	7,15	15,54	1,04	172,58	Glutēns
	Vārīti makaroni	180	7,49	5,79	50,18	282,77	
	Apelsīnu kompots	200	0,39	0,08	21,76	89,30	
	Ābols	50	0,20	0,40	4,90	24,00	
	Kopā dienā :		18,78	25,29	99,83	702,00	
04.04.2017.	Salāti "Veselība"	50	0,86	0,95	4,09	28,35	Glutēns
	Rudzu maize/baltmaize	20/20	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Dārzeņu zupa ar krējumu	200/5	2,11	3,37	11,44	84,56	Piena produkti
	Vārīti griķi	150	6,48	1,92	32,64	173,75	
	Cūkgaļas gulašs	50/50	11,06	22,72	3,86	264,16	Piena produkti, glutēns
	Ābolu kompots	200	0,18	0,32	21,94	91,39	
	Banāns	50	0,75	0,05	10,50	45,45	
	Kopā dienā :		24,20	29,77	103,39	778,34	
05.04.2017.	Burkānu salāti ar eļļu, ar kukurūzu	50	1,91	3,72	11,12	85,59	Glutēns
	Rudzu maize/baltmaize	20/20	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Zirņu zupa	200	11,02	11,41	22,35	236,16	Glutēns, olas, piena produkti Piena produkti
	Vistas gaļas kotlete ar biežpienu	45/15	11,43	11,61	2,69	160,98	
	Kartupeļu biezenis	150	3,29	3,59	20,51	127,51	
	Tēja ar cukuru	200	0,26	0,05	15,98	65,40	
	Apelsīns	50	0,45	0,10	4,05	18,90	
	Kopā dienā :		31,12	30,92	95,62	785,22	
06.04.2017.	Salāti "Vitamīnu" ar eļļu	50	0,66	2,10	4,05	37,73	Piena produkti
	Miežu putrainu zupa ar krējumu	200/5	5,00	10,90	17,37	187,59	
	Rudzu maize/baltmaize	40	2,76	0,44	18,92	90,68	Glutēns
	Liellopu aknu strogonovs	50/50	13,89	9,22	15,36	199,97	
	Kartupeļu biezenis	150	3,29	3,59	20,51	127,51	Piena produkti,glutēns Piena produkti
	Karkadē tējas dzēriens	200	0,26	0,05	15,98	65,40	
	Bumbieris	50	0,20	0,15	4,75	21,15	
	Kopā dienā :		26,06	26,45	96,94	730,03	
07.04.2017.	Biešu salāti ar eļļu	50	0,72	2,05	4,87	40,76	Glutēns
	Rudzu maize/baltmaize	20/20	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Cepta vista	60	14,56	16,89	6,28	235,35	Piena produkti
	Dārzeņu biezenis	170	3,06	6,24	17,99	140,33	
	Bumbieru, rozīņu kompots	200	0,38	0,13	23,54	96,87	Glutēns, piena produkti, olas
	Biezpiena smalkmaizīte	35/20	8,60	2,78	21,11	143,92	
	Ābols	50	0,20	0,40	4,90	24,00	
	Kopā dienā :		30,28	28,93	97,61	771,91	
Piens – tiek nodrošināts atbalsta programmā par piena produktu piegādi izglītojamiem vispārējās izglītības iestādēs							