

Daugavpils 15.vidusskolas ēdnīcas ēdienkarte

Datums	Pusdienas 1.-4. klašu izglītojamiem no 10.04.2017.g. līdz 13.04.2017						Alerģēni
	Ēdiena nosaukums	Porcijas iznāk. g.	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	Kcal.	
10.04.2017.	Burkānu salāti ar eļļu	50	0,65	1,05	3,94	27,79	Glutēns Glutēns Piena produkti
	Rudzu maize	40	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Vārīti makaroni ar vistas gaļu	160/50	18,23	13,63	43,09	367,97	
	Ābolu kompots	200	0,18	0,32	21,94	91,39	
	Apelsīns	50	0,45	0,10	4,05	18,90	
	Biezpiena sieriņš	40	4,12	9,00	9,96	136,40	
	Kopā dienā :		26,39	24,54	101,90	733,13	
11.04.2017.	Salāti "Vitamīnu" ar eļļu	50	0,66	2,10	4,05	37,73	Piena produkti Glutēns
	Grūbu zupa ar krējumu	200/5	6,48	8,06	28,74	213,38	
	Rudzu maize	20	1,24	0,20	9,16	43,40	
	Dārzenu sautējums ar cukgaļu	160/50	12,90	18,78	21,40	306,19	
	Apelsīnu, bumbieru kompots	200	0,25	0,09	22,19	90,60	
	Bumbieris	50	0,20	0,15	4,75	21,15	
	Kopā dienā :		21,73	29,38	90,29	712,45	
12.04.2017	Biešu salāti ar eļļu	50	0,72	2,05	4,87	40,76	Glutēns Piena produkti Olas glutēns, piena produkti
	Rudzu maize/ baltmaize	20/20	2,76	0,44	18,92	90,68	
	Gaļas kotlete ar sieru	40/25	14,43	18,06	0,27	221,42	
	Kartupeļu biezenis	150	3,29	3,59	20,51	127,51	
	Ābolu, apelsīnu kompots	200	0,21	0,17	19,96	82,26	
	Manna ar ķīseli	100/150	3,69	2,13	32,88	165,49	
	Kopā dienā :		25,10	26,44	97,41	728,12	
13.04.2017.	Svaigu kāpostu salāti ar eļļu	50	0,79	3,04	3,03	42,67	Glutēns 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	
	Vārīti makaroni	180	7,49	5,79	50,18	282,77	
	Apelsīnu kompots	200	0,39	0,08	21,76	89,30	
	Ābols	70	0,28	0,56	6,86	33,60	
	Kopā dienā :		18,86	25,45	101,79	711,60	
	Piens – tiek nodrošināts atbalsta programmā par piena produktu piegādi izglītojamiem vispārējās izglītības iestādēs						