

Daugavpils 15.vidusskolas ēdnīcas ēdienkarte

Datums	Pusdienas 5.-9. 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	
	Rudzu maize	40	2,76	0,44	18,92	90,68	Glutēns
	Vārīti makaroni ar vistas gaļu	190/50	20,52	18,87	58,42	485,59	Glutēns
	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	Piena produkti
	Kopā dienā :		28,68	29,78	117,23	850,75	
11.04.2017.	Salāti "Vitamīnu" ar eļļu	50	0,66	2,10	4,05	37,73	
	Grūbu zupa ar krējumu	250/5	9,49	13,16	39,08	312,73	Piena produkti
	Rudzu maize/ baltmaize	20/20	2,76	0,44	18,92	90,68	Glutēns
	Dārzenu sautējums ar cūkgaļu	170/50	13,30	19,30	24,36	324,30	
	Apelsīnu, bumbieru kompots	200	0,25	0,09	22,19	90,60	
	Bumbieris	50	0,20	0,15	4,75	21,15	
	Kopā dienā :		26,66	35,24	113,35	877,19	
12.04.2017	Biešu salāti ar eļļu	50	0,72	2,05	4,87	40,76	
	Rudzu maize/ baltmaize	20/20	2,76	0,44	18,92	90,68	Glutēns
	Gaļas kotlete ar sieru	50/25	16,92	22,57	0,37	272,28	Piena produkti
	Kartupeļu biezenis	180	3,92	4,06	25,00	152,21	Olas
	Ābolu, apelsīnu kompots	200	0,21	0,17	19,96	82,26	
	Manna ar ķīseli	150/150	5,44	3,19	39,95	210,30	glutēns, piena produkti
	Kopā dienā :		29,97	32,48	109,07	848,49	
13.04.2017.	Svaigu kāpostu salāts	50	0,79	3,04	3,03	42,67	
	Rudzu maize/ baltmaize	20/20	2,76	0,44	18,92	90,68	Glutēns
	Vārīti cīsiņi	75	8,25	17,93	1,20	199,13	
	Vārīti makaroni	180	7,49	5,79	50,18	282,77	Glutēns
	Apelsīnu kompots	200	0,39	0,08	21,76	89,30	
	Ābols	70	0,28	0,56	6,86	33,60	
	Smilšu cepums ar kanēli	20	1,35	6,73	10,86	109,40	Glutēns, piena produkti, olas
	Kopā dienā :		21,31	34,57	112,81	847,55	
Piens –	tiek nodrošināts atbalsta programmā par piena produktu piegādi izglītojamiem vispārējās izglītības iestādēs						