

SIA "Ēdiens.lv"
 vadītāja _____

APSTIPRINU
 Daugavpils 15. vidusskolas direktors

Daugavpils 15.vidusskolas ēdnīcas ēdienkarte

**Launags 1.-4. klašu izglītojamiem
 par periodu 27.11.2017-01.12.2017.**

	Pirmdiena	Svars		Olbv.	Tauki	Ogļh.	Kcal.	Alerģēni
1	Baltmaize ar sviestu un biezpienu	30/5/20 g.	0.54	6.11	5.04	19.46	144.37	kvieši,saldais krējums,piens
2	Kakao ar pienu	200 g.	0.11	2.21	2.82	6.93	66.38	piens
		Kopā:	0.65	8.32	7.86	26.39	210.75	
	Otradiena							
1	Vārīti makaroni ar sieru	60/10 g.	0.54	5.04	2.59	18.23	150.90	olas, kvieši,piens
2	Baltmaize ar sviestu	15/5 g.	0.09	1.44	4.52	9.55	82.36	kvieši,saldais krējums
3	Tēja ar cukuru	200 g.	0.02	0.00	0.00	0.21	0.79	
		Kopā:	0.65	6.48	7.11	27.99	234.05	
	Trešdiena							
1	Dārzeņu ragū ar gaļu	100 g.	0.59	7.49	6.56	8.72	118.80	
2	Baltmaize	15 g.	0.04	1.41	0.42	9.51	45.21	kvieši
3	Tēja ar cukuru	200 g.	0.02	0.00	0.00	9.99	39.50	
		Kopā:	0.65	8.90	6.98	28.22	203.51	
	Ceturtdiena							
1	Rauga pankūkas	70 g.	0.57	5.19	4.38	31.73	184.73	kvieši,olas,piens
2	Krējums 20%	15 g.	0.06	0.39	3.00	0.50	37.35	krējums
3	Tēja ar cukuru	200 g.	0.02	0.00	0.00	0.51	1.98	
		Kopā:	0.65	5.58	7.38	32.74	224.06	
	Piektdiena							
1	Makaroni ar malto gaļu	98/12 g.	0.47	5.23	5.36	21.40	156.00	olas,kvieši
2	Rudzu maize ar sviestu	20/3 g.	0.07	1.32	2.68	9.28	64.55	rudzi,saldais krējums
3	Svaigi gurķi	20 g.	0.07	0.16	0.04	0.46	2.20	
4	Kumelīšu tēja ar cukuru	200 g.	0.04	0.00	0.00	1.00	3.96	
		Kopā:	0.65	6.71	8.08	32.14	226.71	

Ēdnīcas vadītāja: _____

Saskaņots: _____