

**Daugavpils 16.vidusskola  
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE  
02.10.2017.-06.10.2017.) Pamatēdienu (5.-12.kl.)**

<b>Pirmdiena 02.10.</b>	<b>Svars gr</b>	<b>Cena eur</b>	<b>Alerģeni</b>	<b>Olbalt</b>	<b>Tauki</b>	<b>Ogļh</b>	<b>Kcal</b>
Makaroni ar liellopa gaļu	160		olas, kvieši				
Burkānu salāti	50						
Kakao	200		piens				
Maize	25		rudzi, kvieši				
Keks biezpiena	50		kvieši, olas, sviests, biezpiens				
Ābols	60						
		<b>1.42</b>		29.4	30.7	110.7	845
<b>Otrdiena 03.10.</b>							
Vista cepta	100						
Kartupeļu biezenis	200		sviests, piens				
Dārzeņu salāti	50						
Kompots augļu	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
Cepumi	15		kvieši, olas, sviests				
		<b>1.42</b>		25.4	30.4	110.8	843.4
<b>Trešdiena 04.10.</b>							
Sautējums ar cūkgaļu	100/50						
Salāts "veselība"	50						
Tēja	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
Vafeles	15		olas, kvieši				
Plūmes	40						
		<b>1.42</b>		26	32.8	110	855.4
<b>Ceturtdiena 05.10.</b>							
Skābo kāpostu zupa	200/5		krējums				
Aknas sautētas	50/50		kvieši, krējums				
Griķu putra	100		sviests				
Gurķi svaigi	30						
Kompots ar augļiem	200						
Maize	25		kvieši, rudzi				
Smalkmaizīte	40		kvieši ,olas, sviests				
		<b>1.42</b>		26.7	30	111.2	853.6
<b>Piektdiena 06.10.</b>							
Zivs kotlete	50		kvieši ,zivs, olas				
Kartupeļu biezenis	200		sviests, piens				
Dārzeņu salāti	45						
Tēja	200						
Maize	50		rudzi, kvieši				
Sviestmaize ar sieru	30/5/15		kvieši, olas, sviests, siers				
		<b>1.42</b>		26.7	30.6	112.8	869.4
	<b>Kopā:</b>	<b>7.10</b>					
<b>Pirmdien, trešdien, piektdien piens bezmaksas</b>	200g						