

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(03.04.2018.-06.04.2018.) Pamatēdienu (1.-4.kl.)

	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Otrdiena 03.04.							
Makaroni vārīti ar sieru	200/35		kvieši, olas, sviests, siers				
Burkānu salāti	50						
Tēja	200						
Maize	50		rudzi, kvieši				
Biezpiena sieriņš	1gab.		biezpiens				
Ābols	50						
		1.42		24	26	88,6	700.5
Trešdiena 04.04.							
Vistas kotlete	80		olas, kvieši				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Dzēriens no sulas	200						
Maize	35		kvieši, rudzi				
Cepumi	30		kvieši ,olas, sviests				
Ābols	60						
		1.42		24	27,5	88	720,8
Ceturtdiena 05.04.							
Sautējums ar gaļu	125/50						
Biešu salāti ar krējumu	75		krējums				
Cepumi	15		kvieši, olas, sviests				
Kompots ābolu	200						
Maize	20		rudzi, kvieši				
Bumbieris	50						
		1.42		18,6	24,7	88	706.3
Piektdiena 06.04.							
Zivju frikadeles	75		kvieši, olas, zivis				
Kartupeļi vārīti	125		sviests				
Gurķi marinēti	25						
Kompots ābolu	200						
Pīrāgs ar biezpienu	40		kvieši,olas,sviests,biezpiens				
Maize	10		rudzi, kvieši				
		1.42		26	30	110	735.6
	Kopā:	5.68					