

**Daugavpils 16.vidusskola**  
**NEDĒĻAS ĒDIENKARTE**  
**(04.09.2017.-08.09.2017.) Pamatēdienu (1.-4.kl.)**

	<b>Svars gr</b>	<b>Cena eur</b>	<b>Alerģeni</b>	<b>Olbalt</b>	<b>Tauki</b>	<b>Ogļh</b>	<b>Kcal</b>
<b>Pirmdiena 04.09.</b>							
Makaroni vārīti ar sieru	200/35		olas, sviests, kvieši, siers				
Burkānu salāti	50						
Kafijas dzēriens	200		piens				
Sieriņš biežpiena	35		biežpiens				
Augļi	60						
		<b>1.42</b>		18	26	90	720.4
<b>Otrdiena 05.09.</b>							
Vistas gaļas kotlete	80		olas, kvieši				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Svaigu tomātu salāti	50						
Kompots ar augļiem	200						
Maize	40		rudzi, kvieši				
Cepumi	24		olas, kvieši, sviests				
Banāns	100						
		<b>1.42</b>		18	24	88	700.5
<b>Trešdiena 06.09.</b>							
Frikadeles	80		olas, kvieši				
Rīsi vārīti	100						
Dārzeņu salāti	50						
Tēja ar cukuru	200						
Cepumi ar džemu	40		olas, kvieši, sviests				
Maize	40		rudzi, kvieši				
Augļi	100						
		<b>1.42</b>		24	27	90	702
<b>Ceturtdiena 07.09.</b>							
Pupiņu zupa/krējums	200		krējums				
Kartupeļu sacepums/krējums	240		olas, krējums				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Ķīselis ar žāvētiem augļiem	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
Cepumi	10		sviests olas, kvieši				
		<b>1.42</b>		18	26	90	700
<b>Piektdiena 08.09.</b>							
Šnicele cepta	100		kvieši, olas				
Kartupeļi vārīti	200		sviests				
Svaigu gurķu salāti	75						
Tēja	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
Cepumi	30		kvieši, olas, sviests				
Augļi	100						
		<b>1.42</b>		24	26	88	704.5
	<b>Kopā:</b>	<b>7.10</b>					