

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(04.09.2017.-08.09.2017.) Pamatēdienu (5.-12.kl.)

Pirmdiena 04.09.	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Makaroni vārīti ar gaļu	100/50		kvieši, olas				
Burkānu salāti	50						
Tēja "Impra"	200						
Rausis	40		kvieši, olas, sviests				
Maize	40		rudzi, kvieši				
Banāns	100						
		1.42		26	30	112	842.4
Otrdiena 05.09.							
Cisīņas vārītas	75		olas, kvieši				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Tomāti svaigi	30						
Kompots no āboliem	200						
Cepumi	12		kvieši, olas, sviests				
Maize	10						
Augļi	120						
		1.42		27	32	112	845
Trešdiena 06.09.							
Aknas sautētas	50/50		kvieši				
Griķu putra	100		sviests				
Dārzeņu salāti	50						
Dzēriens no sulas	200						
Smalkmaizīte	40		olas, kvieši, sviests				
Maize	25		kvieši, rudzi				
Augļi	150						
		1.42		26	30	110	842.2
Ceturtdiena 07.09.							
Pupiņu zupa/ krējums	220		krējums				
Plovs ar cūkgaļu	125/50						
Svaigu kāpostu salāti	50						
Tēja	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
Cepumi	20		kvieši, sviests, olas				
Apelsīns	50						
		1.42		26	30.7	110.5	870.5
Piektdiena 08.09.							
Vista cepta	10		kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	200		sviests, piens				
Svaigu gurķu salāti	50						
Tēja	200						
Cepumi	30		olas, kvieši, sviests				
Maize	10		rudzi, kvieši				
Augļi	100						
		1.42		26	30	110	840
	Kopā:	7.10					