

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(05.02.2018.-09.02.2018.) Launags

Pirmdiena 05.02.	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Kukurūzas putra/sviests	200/15		sviests, piens				
Tēja	200						
Cepumi	20		olas, kvieši				
Ābols	60						
		0.71		12	13.2	59.8	252.6
Otrdiena 06.02.							
Makaroni ar sieru	150/25		kvieši, olas, siers				
Kakao	200		piens				
Cepumi	35		kvieši, olas, sviets				
		0.71		12	25	68	291
Trešdiena 07.02.							
Biezpiena sacepums/krējums	100		olas, krējums, biezpiens				
Tēja	200						
Ābols	50						
		0.71		22	22	92	254.6
Ceturtdiena 08.02.							
Cisiņi vārīti	35						
Vinegrets	100						
Tēja "Impra"	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
		0.71		20	22	60	235
Piektdiena 09.02.							
Salāts ar vistas gaļu	100		olas, krējums				
Tēja	200						
Bumbieris	40						
		0.71		20	22	90	235
	Kopā:	3.55					