

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(06.11.2017.-10.11.2017.) Pamatēdienu (1.-4.kl.)

| Pirmdiena 06.11. | Svars gr | Cena eur | Alerģēni | Olbalt | Tauki | Ogļh | Kcal |
|--|---------------------|---------------------|---|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Cisiņi vārīti | 75 | | | | | | |
| Makaroni vārīti | 100 | | kvieši, olas, sviests | | | | |
| Burkānu salāti | 50 | | | | | | |
| Tēja | 200 | | | | | | |
| Maize | 20 | | rudzi, kvieši | | | | |
| Cepumi | 25 | | kvieši, olas | | | | |
| Banāns | 100 | | | | | | |
| | | 1.42 | | 19 | 26 | 88.6 | 700.5 |
| Otrdiena 07.11. | | | | | | | |
| Vistas kotlete | 80 | | olas, kvieši | | | | |
| Kartupeļu biezenis | 125 | | sviests, piens | | | | |
| Biešu salāti | 50 | | | | | | |
| Kakao | 200 | | piens | | | | |
| Smalkmaizīte ar biezpienu | 40 | | olas,kvieši piens,sviests, biezpiens | | | | |
| Ābols | 80 | | | | | | |
| <i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i> | <i>100</i> | | | | | | |
| | | 1.42 | | 22 | 26 | 92 | 705.8 |
| Trešdiena 08.11. | | | | | | | |
| Svaigu kāpostu zupa | 200/5 | | krējums | | | | |
| Kartupeļu sacepums ar cūkgaļu/krējums | 240 | | kvieši, olas, krējums | | | | |
| Gurķi marinēti | 50 | | | | | | |
| Kompots ābolu | 200 | | | | | | |
| Maize | 40 | | kvieši ,rudzi | | | | |
| Cepumi | 87 | | olas, kvieši | | | | |
| | | 1.42 | | 24 | 24.5 | 88 | 700.5 |
| Ceturtdiena 09.11. | | | | | | | |
| Tītenis cepts | 75 | | olas, kvieši | | | | |
| Gurķi svaigi | 30 | | | | | | |
| Kartupeļu biezenis | 125 | | sviests, piens | | | | |
| Kompots ābolu | 200 | | | | | | |
| Maize | 10 | | kvieši ,rudzi | | | | |
| Cepumi | 15 | | olas,kvieši | | | | |
| <i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i> | <i>100</i> | | | | | | |
| | | 1.42 | | 18.6 | 24.7 | 88 | 700 |
| Piektdiena 10.11. | | | | | | | |
| Zivju kotlete | 50 | | olas, kvieši, zivis | | | | |
| Kartupeļu biezenis | 200 | | sviests, piens | | | | |
| Svaigu kāpostu salāti | 35 | | | | | | |
| Tēja | 200 | | | | | | |
| Maize | 60 | | rudzi, kvieši | | | | |
| Mandarīns | 45 | | | | | | |
| Cepumi | 15 | | olas, kvieši | | | | |
| <i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i> | <i>100</i> | | | | | | |
| | | 1.42 | | 18 | 26 | 88 | 710.2 |
| | | Kopā: 7.10 | | | | | |
| Pirmdien, trešdien, piektdien piens bezmaksas | 200g | | | | | | |