

Daugavpils 16.vidusskola
NEDEĻAS ĒDIENKARTE
(07.05.2018.-11.05.2018.) Pamatēdienu (1.-4.kl.)

	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Pirmdiena 07.05.							
Cisini vārīti	60						
Rīsi vārīti	100		sviests				
Sv. kāpostu salāti	100						
Tēja ar cukuru	200						
Sviestmaize ar sieru	30/5/25		olas, kvieši, sviests, siers				
Maize	10		kvieši, rudzi				
Apelsīns	50						
		1.42		24	27	90	702
Otrdiena 08.05.							
Biešu zupa/krējums	200/15		krējums				
Kotlete no vistas gaļas	50		kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	125		piens, sviests				
Tomāti svaigi	30						
Kompots ābolu	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
Cepumi	30		kvieši, olas, sviests				
Ābols	30						
		1.42		18	24	88	700.5
Trešdiena 09.05.							
Makaroni ar gaļu	150/50		olas, kvieši, sviests				
Burkānu salāti	50						
Kompots ābolu	200						
Maize	20		kvieši, rudzi				
Cepumi mājas	15		kvieši, olas, sviests				
Bumbieris	100						
		1.42		18	26	90	720.4
Ceturtdiena 10.05.							
Aknas kotlete	75		kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	200		piens, sviests				
Burkānu salāti	50						
Dzēriens no sulas	200						
Maize	50		rudzi, kvieši				
Smalkmaizīte ar biezpienu	40		kvieši, olas, sviests, biezpiens				
Ābols	50						
		1.42		24	26	88	704.5
Piektdiena 11.05.							
Zivju kotlete	50		olas, kvieši, zivis				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Svaigi gurķi	25						
Kakao	200		piens				
Sviestmaize	60		kvieši, olas, sviests				
Maize	10						
Banāns	50						
		1.42		18	26	90	700
	Kopā:	7.10					