

**Daugavpils 16.vidusskola**  
**NEDĒĻAS ĒDIENKARTE**  
**(08.01.2018.-12.01.2018.) Pamatēdienu (5.-12.kl.)**

<b>Pirmdiena 08.01.</b>	<b>Svars gr</b>	<b>Cena eur</b>	<b>Alerģēni</b>	<b>Olbalt</b>	<b>Tauki</b>	<b>Ogļh</b>	<b>Kcal</b>
Malta gaļa	50/50						
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Burkānu salāti	50						
Tēja	200						
Biezpiena sieriņš	35		biezpiens				
Maize	40		kvieši, rudzi				
Ābols	50						
		<b>1.42</b>		26	30	112	842.4
<b>Otrdiena 09.01.</b>							
Vistas kotlete	50		olas, kvieši				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Kakao	200		piens				
Sviestmaize ar sieru	30/15/15		olas, kvieši, sviests, siers				
Maize	40						
Bumbieris	100						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	100	<b>1.42</b>		27	32	112	845
<b>Trešdiena 10.01.</b>							
Desa cepta	50						
Makaroni vārīti	125		kvieši, olas				
Biešu salāti	35						
Kompots ābolu	200						
Maize	40		kvieši, rudzi				
Smalkmaizīte	40		kvieši, olas, sviests				
Apelsīns	50						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	100	<b>1.42</b>		26	30	110	842.2
<b>Ceturtdiena 11.01.</b>							
Zirņu zupa/krējums	215		krējums				
Frikadeles ceptas	55		kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	125		piens, sviests				
Gurķi marinēti	15						
Dzēriens no sulas	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
Cepumi	15		kvieši, olas, sviests				
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	100	<b>1.42</b>		26	30.7	110.5	870.5
<b>Piektdiena 12.01.</b>							
Zivju kotletes	50		kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	125		piens, sviests				
Sv. kāpostu salāti	50						
Kompots ar rozīnēm	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
Pīrāgs ar biežpienu	35		kvieši, olas, sviests, biežpiens				
Mandarīni	50						
		<b>1.42</b>		26	30	110	840
	<b>Kopā:</b>	<b>7.10</b>					
<b>Pirmdien, trešdien, piektdien</b>	200g						
<i>piens bezmaksas</i>							