

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(09.10.2017.-13.10.2017.) Pamatēdienu (5.-12.kl.)

Pirmdiena 09.10.	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Desa cepta	75						
Kartupeļu biezenis	125		piens, sviests				
Biešu salāti	50						
Tēja	200						
Sviestmaize ar sieru	30/5/15		kvieši, olas, sviests, siers				
Ābols	40						
		1.42		26	30	112	842.4
Otrdiena 10.10.							
Tefteļi cepti	57		olas, kvieši				
Makaroni vārīti	100		sviests, olas, kvieši				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Ābolu kompots	200						
Pīrādziņš ar biezpienu	40		kvieši, olas, sviests, biezpiens, piens				
Maize	20		rudzi, kvieši				
		1.42		27	32	112	845
Trešdiena 11.10.							
Svaigu kāpostu zupa/krējums	200/15		krējums				
Kotlete Jahnija	50/50		olas, kvieši				
Griķu putra	125		sviests				
Tomāti svaigi	50						
Ābolu kompots	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
Cepumi mājas	30		olas, kvieši, sviests				
		1.42		26.6	30.7	110.5	870.5
Ceturtdiena 12.10.							
Plovs ar cūkgaļu	100/50						
Burkānu salāti	50						
Dzēriens no sulas	200						
Smalkmaizīte	40		kvieši, olas, piens, sviests				
Maize	20		kvieši, rudzi				
		1.42		26	30	110.3	842.2
Piektdiena 13.10.							
Zivis ceptas	75		kvieši, zivis				
Kartupeļu biezenis	100		sviests, piens				
Dārzeņu salāti	50						
Ķīselis no sulas	200						
Maize	35		rudzi, kvieši				
Cepumi	12		kvieši, olas				
		1.42		26	30	100	840
	Kopā:	7.10					
Pirmdien, trešdien, piektdien <i>piens bezmaksas</i>	200g						