

Daugavpils 16.vidusskola
NEDEĻAS ĒDIENKARTE
(11.12.2017.-15.12.2017.) Pamatēdieni (1.-4.kl.)

Pirmdiena 11.12.	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Cisiņi vārīti	60						
Makaroni vārīti	100		olas, sviests, kvieši				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Kakao	200		piens				
Maize	10		rudzi, kvieši				
Ķeks	35		olas, kvieši				
Bumbieris	50						
		1.42		19	26	88.6	706,6
Otrdiena 12.12.							
Vista cepta	75		kvieši				
Rīsi vārīti	100		sviests				
Biešu salāti	50						
Ābolu kompots	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
Smalkmaizīte ar biezpienu	40		sviests, olas, biezpiens, kvieši				
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42		22	26	92	701,4
Trešdiena 13.12.							
Piena zupa ar rīsiem	200						
Frikadeles	55		olas, kvieši				
Griķu putra	100		sviests				
Gurķi svaigi	20						
Kompots ar apelsīniem	200						
Maize	50		rudzi, kvieši				
Cepumi ar sieru	35		olas, kvieši, sviests, siers				
		1.42		24	24,5	88	705,6
Ceturtdiena 14.12.							
Sautējums	100/50						
Svaigu kāpostu salāti	50						
Tēja	200						
Maize	25		rudzi, kvieši				
Cepumi	15		sviests, olas, kvieši				
Apelsīns	50						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42		18,6	24,7	88	713
Piektdiena 15.12.							
Zivju kotlete	50		olas, milti, zivis				
Kartupeļu biezenis	125		piens, sviests				
Burkānu salāti	50						
Dzēriens no ābolu sulas	200						
Maize	25		kvieši, rudzi				
Smalkmaizīte	40		olas, kvieši				
Mandarīns	50						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42		18	26	88	721,6
	Kopā:	7.10					
Pirmdien, trešdien, piektdien piens bezmaksas	<i>200</i>						