

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(13.11.2017.-17.11.2017.) Launags

Pirmdiena 13.11.	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Rīsu biezputra/sviests	200/15		sviests, piens				
Tēja	200						
Cepumi	20		kvieši, olas, sviests				
		0.71		18	16	58	265.7
Otrdiena 14.11.							
Salāts ar vistas gaļu	100		olas, krējums				
Tēja	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
		0.71		12	20	56	261
Trešdiena 15.11.							
Biezpiena sacepums/krējums	50/15		olas, krējums, biezpiens				
Dzēriens no sulas	200						
		0.71		12	13.2	59.8	252.6
Ceturtdiena 16.11.							
Cisīņas vārītas	35						
Vinegrets	100						
Tēja	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
		0.71		12	20	52	234.6
Piektdiena 17.11.							
Pica ar vistas gaļu	100		olas, kvieši, sviests, siers				
Tēja	200						
Bumbieris	30						
		0.71		16	15	50	235
	Kopā:	3.55					