

**Daugavpils 16.vidusskola**  
**NEDĒĻAS ĒDIENKARTE**  
**(16.04.2018.-21.04.2018.) Pamatēdieni (1.-4.kl.)**

<b>Pirmdiena 16.04.</b>	<b>Svars gr</b>	<b>Cena eur</b>	<b>Alerģēni</b>	<b>Olbalt</b>	<b>Tauki</b>	<b>Ogļh</b>	<b>Kcal</b>
Makaroni vārīti ar sieru	150/25		olas, sviests, kvieši, siers				
Burkānu salāti	50						
Tēja	200						
Maize	25		rudzi, kvieši				
Sieriņš biezpiena	1gab.		biezpiens				
Ābols	50						
		<b>1.42</b>		24	26	88.6	700.5
<b>Otrdiena 17.04.</b>							
Kotlete "Jahnija"	50/50		olas, kvieši				
Griķu putra	100		sviests				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Kompots augļu	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
Smalkmaizīte ar sieru	60		sviests, olas, kvieši, siers				
		<b>1.42</b>		22	26	92	712.8
<b>Trešdiena 18.04.</b>							
Aknas kotletes	50		olas, kvieši				
Kartupeļu biezenis	200		piens, sviests				
Svaigi tomāti, gurķi	10/10						
Ķīselis no sulas	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
Cepumi	20		olas, kvieši, sviests				
Bumbieris	50						
		<b>1.42</b>		24	27.5	90.3	720.8
<b>Ceturtdiena 19.04.</b>							
Pupiņu zupa/krējums	215		krējums				
Plovs ar gaļu	100/50						
Salāti "veselība"	50						
Kompots ābolu	200						
Maize	25		rudzi, kvieši				
Cepumi	30		sviests, olas, kvieši				
		<b>1.42</b>		18,6	24,7	88	700
<b>Piektdiena 20.04.</b>							
Zivju kotlete	75		zivis, kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	200		piens, sviests				
Burkānu salāti	100						
Tēja	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
Smalkmaizīte ar biezpienu	60		olas, kvieši, sviests, biezpiens				
Apelsīns	60						
		<b>1.42</b>		18	26	90	700.8
<b>Sestdiena 21.04.</b>							
Vista cepta	75						
Rīsi vārīti	100		sviests				
Biešu salāti	50						
Kakao	200		piens				
Cepumi	15		sviests, kvieši, olas				
Maize	10						
Ābols	50						
		<b>1.42</b>		25.3	24	86.6	721.6
	<b>Kopā:</b>	<b>8.52</b>					