

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(16.04.2018.-21.04.2018.) Pamatēdieni (5.-12.kl.)

Pirmdiena 16.04.	Svars gr	Cena eur	Alerģeni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Makaroni ar liellopa gaļu	150/50		olas, kvieši				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Tēja	200						
Sviestmaize ar sieru	30/5/15		kvieši, olas, sviests, siers				
Maize	10		rudzi, kvieši				
Ābols	50						
		1.42		29,4	30,7	110,7	845
Otrdiena 17.04.							
Vista cepta	75						
Rīsi vārīti	100		sviests				
Gurķi marinēti	35						
Kompots ābolu	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
Cepumi	30		sviests, kvieši, olas				
Banāns	50						
		1.42		22	26	92	821,7
Trešdiena 18.04.							
Tefteļi cūkgaļas	70		kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	200		sviests, piens				
Biešu salāti	100						
Dzēriens no sulas	200						
Cepumi	20		kvieši, sviests, olas				
Maize	10		kvieši, rudzi				
Apelsīns	70						
		1.42		26	32,8	110	855,4
Ceturtdiena 19.04.							
Pupiņu zupa ar krējumu	215		krējums				
Aknas sautētas	50/50		sviests, kvieši, krējums				
Griķu putra	100						
Tēja	200						
Cepumi	15		olas, sviests, kvieši				
Maize	10		kvieši, rudzi				
Bumbieris	50						
		1.42		26,7	30	111,2	853,6
Piektdiena 20.04.							
Zivju kotlete	50		zivis, kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Biešu salāti	50						
Dzēriens no sulas	200						
Maize	20		rudzi, kvieši				
Pīrāgs ar biezpienu	50		kvieši, olas sviests, biezpiens				
Mandarīns	50						
		1.42		26,7	30,6	112,8	869,4
Sestdiena 21.04.							
Plovs ar gaļu	100/50						
Burkānu salāti	50						
Tēja	200						
Cepumi	15		sviests, kvieši, olas				
Maize	10		kvieši, rudzi				
Bumbieris	50						
		1.42		23,7	34,8	111	829,9
		Kopā:	8.52				