

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(18.12.2017.-22.12.2017.) Pamatēdienu (1.-4.kl.)

Pirmdiena 18.12.	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Desa cepta	50						
Rīsi vārīti	100		sviests				
Burkānu salāti	50						
Tēja ar cukuru	200						
Maize	20		rudzi, kvieši				
Biezpiena sieriņš "Mazulis"	35		biezpiens				
Mandarīns	50						
		1.42		24	27	90	702
Otrdiena 19.12.							
Vistas kotlete	50		olas, kvieši				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Kompots no āboliem	200						
Cepumi	30		olas, kvieši, sviests				
Maize	10		rudzi, kvieši				
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42		18	24	88	700.5
Trešdiena 20.12.							
Zirņu zupa/krējums	200/15		krējums				
Makaroni ar sieru	200/35		kvieši,olas,sviests,siers				
Biešu salāti	50						
Kompots apelsīnu	200						
Maize	50		kvieši, rudzi				
Cepumi	15		olas, kvieši ,sviests				
		1.42		18	26	90	720.4
Ceturtdiena 21.12.							
Plovs ar cūkgaļu	100/50						
Salāts "veselība"	50						
Dzēriens no sulas	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
Kūka "šarlotka" ar āboliem	35		kvieši, olas, sviests				
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42		18	26	90	700
Piektdiena 22.12.							
Pildīta kotlete	50		kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	200		piens, sviests				
Gurķi svaigi	20						
Tēja	200						
Maize	35		rudzi, kvieši				
Kūka ar biezpienu	35		kvieši,olas,sviests,biezpiens				
Mandarīni	50						
Konfekte	22						
Cepumi	30		kvieši, olas, sviests				
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42					
	Kopā:	7.10					
Pirmdien, trešdien, piektdien piens bezmaksas	<i>200g</i>						