Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(21.11.2017.-24.11.2017.) Pamatēdienu (5.-12.kl.)

	Svars gr	**Cena eur**	**Alergēni**	**Olbalt**	**Tauki**	**Ogļh**	**Kcal**
Otrdiena 21.11.							
Frikadeles sautētas	55		kvieši, olas				
Makaroni vārīti	100		kvieši, olas, sviests				
Tomāti svaigi	30						
Tēja ar cukuru	200						
Maize	25		rudzi, kvieši				
Sviestmaize ar sieru	30/5/15		kvieši, olas, sviests, siers				
Ābols	50						
Augļi un dārzeņi bezmaksas	*100*	**1.42**		29.4	30.7	110.7	845.7
Trešdiena 22.11.							
Kotlete "Jahnija"	50/50		olas, kvieši				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Biešu salāti ar krējumu	75		krējums				
Kompots ābolu	200						
Smalkmaizīte	40		kvieši, olas, sviests				
Maize	10		kvieši, rudzi				
Apelsīns	50						
		1.42		26	32.8	110	855.4
Ceturtdiena 23.11.							
Zirņu zupa/krējums	200/5		krējums				
Šnicele cepta	50		kvieši, olas				
Griķu putra	100		sviests				
Gurķi marinēti	20						
Tēja	200						
Maize	30		kvieši ,rudzi				
Cepumi	15		sviests, olas, kvieši				
Ābols	50						
Augļi un dārzeņi bezmaksas	*100*	**1.42**		26.7	30	111.2	853.6
Piektdiena 24.11.							
Zivju kotlete	50		olas, kvieši, zivis				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Gurķi svaigi	20						
Tēja	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
Virtulis	30		kvieši, olas, sviests				
Mandarīns	50						
Augļi un dārzeņi bezmaksas	*100*	**1.42**		26.7	30.6	112.8	869.4
	Kopā:	**2.84**					
Pirmdien, trešdien, piektdien *piens bezmaksas*	*200g*						