

**Daugavpils 16.vidusskola**  
**NEDĒĻAS ĒDIENKARTE**  
**(21.11.2017.-24.11.2017.) Pamatēdienu (1.-4.kl.)**

	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
<b>Otrdiena 21.11.</b>							
Makaroni ar liellopa gaļu	100/50		kvieši, olas				
Burkānu salāti	40						
Tēja	200						
Maize	10		rudzi ,kvieši				
Cepumi ar džemu	40		kvieši, olas, sviests				
Apelsīns	50						
		<b>1.42</b>		24	27	90	711.7
<b>Trešdiena 22.11.</b>							
Pupiņu zupa/krējums	200/5/15		krējums				
Aknas kotlete	50		kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Marinēto gurķu salāti	25						
Dzēriens no sulas	200						
Cepumi	10		kvieši, olas, sviests				
Maize	10		kvieši ,rudzi				
Banāns	50						
		<b>1.42</b>		18	26	90	720.4
<b>Ceturtdiena 23.11.</b>							
Zivju frikadeles	50		olas, kvieši				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Kompots ābolu	200						
Smalkmaizīte ar sieru	40		kvieši, olas, sviests, siers				
Maize	40		kvieši, rudzi				
Bumbieris	50						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	<b>1.42</b>		24	26	88	704.5
<b>Piektdiena 24.11.</b>							
Kartupeļu sacepums ar cūkgaļu	120/25		kvieši, olas				
Burkānu salāti	100						
Kakao	200		piens				
Maize	40		rudzi, kvieši				
Banāns	40						
Pīrāgs ar biezpienu	35		kvieši,olas sviests,biezpiens				
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	<b>1.42</b>		18	26	90	709.1
	<b>Kopā:</b>	<b>5.68</b>					
<b>Pirmdien, trešdien, piektdien</b>	<i>200g</i>						
<i>piens bezmaksas</i>							

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

	<b>Svars gr</b>	<b>Cena eur</b>	<b>Alerģēni</b>	<b>Olbalt</b>	<b>Tauki</b>	<b>Ogļh</b>	<b>Kcal</b>
<b>Otrdiena 21.11.</b>							
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						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	<b>1.42</b>		29.4	30.7	110.7	845.7
<b>Trešdiena 22.11.</b>							
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						
		<b>1.42</b>		26	32.8	110	855.4
<b>Ceturtdiena 23.11.</b>							
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						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	<b>1.42</b>		26.7	30	111.2	853.6
<b>Piektdiena 24.11.</b>							
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						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	<b>1.42</b>		26.7	30.6	112.8	869.4
	<b>Kopā:</b>	<b>2.84</b>					
<b>Pirmdien, trešdien, piektdien</b>	<i>200g</i>						
<i>piens bezmaksas</i>							

**Daugavpils 16.vidusskola**  
**NEDĒĻAS ĒDIENKARTE**  
**(21.11.2017.-24.11.2017.) Launags**

	<b>Svars gr</b>	<b>Cena eur</b>	<b>Alerģēni</b>	<b>Olbalt</b>	<b>Tauki</b>	<b>Ogļh</b>	<b>Kcal</b>
<b>Otrdiena 21.11.</b>							
Rīsu putra/sviests	200/15		piens, sviests				
Tēja	200						
Cepumi	25		sviests, olas, kvieši				
Ābols	40						
		<b>0.71</b>		18	16	58	265,7
<b>Trešdiena 22.11.</b>							
Cisīņas vārītas	48						
Kartupeļu salāti	100		krējums				
Tēja	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
		<b>0.71</b>		12	13.2	59.8	252.6
<b>Ceturtdiena 23.11.</b>							
Pankūkas ar krējumu	50		piens,olas,kvieši,krējums				
Tēja	200						
Augļi	140						
		<b>0.71</b>		12	20	52	234,6
<b>Piektdiena 24.11.</b>							
Omelete ar zaļiem zirnīšiem	100		olas, kvieši				
Dzēriens no sulas	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
		<b>0.71</b>		16	15	50	235
	<b>Kopā:</b>	<b>3.55</b>					