

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(23.04.2018.-27.04.2018.) Pamatēdienu (5.-12.kl.)

	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Pirmdiena 23.04.							
Makaroni vārīti	100		kvieši, olas				
Kotlete "Jahnija"	50/50		kvieši, olas				
Burkānu salāti	50						
Tēja	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
Sviestmaize ar sieru	30/5/15		kvieši, olas, sviests, siers				
Ābols	50						
		1.42		29.4	30.7	110.7	859.7
Otrdiena 24.04.							
Zirņu zupa/krējums	220		krējums				
Vista cepta	75						
Rīsi vārīti	200						
Svaigu kāpostu salāti	100						
Kompots ābolu	200						
Maize	25		rudzi, kvieši				
Cepumi	12		kvieši, olas, sviests				
		1.42		25.4	30.4	110.8	843.4
Trešdiena 25.04.							
Aknas kotlete	75		olas, kvieši				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Biešu salāti	50						
Tēja	200						
Smalkmaizīte	40		olas, kvieši, sviests				
Maize	18		kvieši, rudzi				
		1.42		26	32.8	110	845.4
Ceturtdiena 26.04.							
Rassolņiks/krējums	200/25		krējums				
Sautējums	100/50						
Salāti "veselība"	50						
Kompots ābolu	200						
Maize	20		rudzi, kvieši				
		1.42		26.7	30	111.2	853.6
Piektdiena 27.04.							
Zivju kotlete	50		olas, kvieši, zivis				
Kartupeļu biezenis	120		sviests, piens				
Biešu salāti	50						
Tēja	200						
Pīrāgs ar biezpienu	35		kvieši, sviests, olas, biezpiens				
Maize	25		kvieši, rudzi				
Bumbieris	50						
		1.42		26.78	30.6	112.8	869.4
	Kopā:	7.10					