

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(26.03.2018.-29.03.2018.) Pamatēdienu (1.-4.kl.)

Pirmdiena 26.03.	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Cīsiņi vārīti	75						
Makaroni vārīti	125		kvieši, olas, sviests				
Burkānu salāti	50						
Tēja ar cukuru	200						
Maize	10		rudzi, kvieši				
Sviestmaize ar sieru	30/20/15		kvieši, sviests, olas, siers				
Ābols	50						
		1.42		18	26	83	718.6
Otrdiena 27.03.							
Svaigu kāpostu zupa/krējums	200/20		krējums				
Tefteli sautēti	70		olas, kvieši				
Kartupeļu biezenis	125		piens, sviests				
Biešu salāti	50						
Kompots ābolu	200						
Maize	40		rudzi, kvieši				
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42		19	26	86	701.6
Trešdiena 28.03.							
Vista cepta	75						
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Kompots ābolu	200						
Maize	20		kvieši, rudzi				
Cepumi	15		kvieši, olas, sviests				
Mandarīns	125						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42		19	27	89	702.6
Ceturtdiena 29.03.							
Zivju kotlete	50		kvieši, olas, zivis				
Kartupeļu biezenis	200		sviests, piens				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Tēja	200						
Cepumi	15		kvieši, olas, piens				
Maize	10		rudzi, kvieši				
Apelsīns	75						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42		18	24	85	711.5
	Kopā:	5.68					