

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(29.01.2018.-02.02.2018.) Pamatēdienu (1.-4.kl.)

Pirmdiena 29.01.	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Sardeles vārītas	60						
Makaroni vārīti	100		kvieši, olas, sviests				
Burkānu salāti	50						
Tēja ar cukuru	200						
Maize	25		rudzi ,kvieši				
Ķeks	35		kvieši, olas, piens				
Bumbieris	50						
		1.42		24	27	90	722
Otrdiena 30.01.							
Jahnija	50/50						
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Biešu salāti ar krējumu	75		krējums				
Dzēriens no sulas	200						
Smalkmaizīte ar biezpienu	40		kvieši,sviests,olas,biezpiens				
Maize	10		rudzi, kvieši				
Bumbieris	80						
		1.42		18	24	88	729.6
Trešdiena 31.01.							
Rassoļņiks/krējums	200/5		krējums				
Tefteli sautēti	70		kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Gurķi marinēti	35						
Ķīselis no sulas	200						
Cepumi	15		kvieši, olas, sviests				
Maize	10		kvieši ,rudzi				
Ābols	50						
		1.42		18	26	90	720.4
Ceturtdiena 01.02.							
Vistas sufle ar krējumu	100		olas,kvieši,sviests,krējums				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Kompots ar ābolu	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
Smalkmaizīte ar sieru	40		kvieši, olas, sviests, siers				
Ābols	50						
		1.42		24	26	88	731.4
Piektdiena 02.02.							
Sautējums ar cūkgaļu	100/50						
Svaigu kāpostu salāti	50						
Kakao	200		piens				
Maize	10		rudzi, kvieši				
Banāns	50						
Cepumi	15		kvieši,olas sviests,piens				
		1.42		18	26	90	700
	Kopā:	7.10					
Katru dienu piens bezmaksas	200g						