

**Daugavpils 16.vidusskola**  
**NEDĒĻAS ĒDIENKARTE**  
**(29.01.2018.-02.02.2018.) Pamatēdienu (5.-12.kl.)**

<b>Pirmdiena 29.01.</b>	<b>Svars gr</b>	<b>Cena eur</b>	<b>Alerģēni</b>	<b>Olbalt</b>	<b>Tauki</b>	<b>Ogļh</b>	<b>Kcal</b>
Sardeles vārītas	60						
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Gurķi marinēti	15						
Tēja ar cukuru	200						
Sviestmaize ar sieru	30/5/15		kvieši, olas, sviests, siers				
Maize	25		rudzi, kvieši				
Bumbieris	60						
		<b>1.42</b>		24	28	105	840.9
<b>Otrdiena 30.01.</b>							
Rassolņiks/krējums	200/5		krējums				
Vista cepta	75						
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Biešu salāts ar krējumu	50						
Kakao	200		piens				
Cepumi	15		kvieši, olas, sviests, piens				
Maize	10		kvieši, rudzi				
Apelsīns	50						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	<b>1.42</b>		26	29,7	105	880.6
<b>Trešdiena 31.01.</b>							
Zivs cepta	75		kvieši, zivs				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Skābie kāposti	50						
Dzēriens no sulas	200						
Pīrādziņš ar biezpienu	40		olas, kvieši, sviests, biezpiens				
Maize	25		kvieši, rudzi				
Bumbieris	50						
		<b>1.42</b>		21	28	106	890.6
<b>Ceturtdiena 01.02.</b>							
Šnicele cepta	50		olas, kvieši				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Svaigu kāpostu salāti	100						
Ķīselis no sulas	200						
Maize	10		kvieši, rudzi				
Bumbieris	30						
Cepumi	15		olas, kvieši, sviests				
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	<b>1.42</b>		21	28	105	840,4
<b>Piektdiena 02.02.</b>							
Boršč zupa/krējums	200/5		krējums				
Plovs ar cūkgaļu	100/50						
Svaigu gurķu salāti	15						
Ābolu kompots	200						
Smalkmaizīte	40		kvieši, olas, sviests, piens				
Maize	25						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	<b>1.42</b>		26	30	110	860.5
	<b>Kopā:</b>	<b>7.10</b>					
<b>Katru dienu piens bezmaksas</b>	<i>200g</i>						