

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒLAS ĒDIENKARTE
(08.04.2019. – 12.04.2019.) Launags

Pirmdiena 08.04.	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Auzu pārslas biežputra ar sviestu	200/15		piens	7.3	8.1	27.4	212
Rozīņu kompots	200			0.6	-	21.2	88
Cepumi	12		glutēns, olas, piens	1.3	1.7	10.8	64
		0.71		9.2	9.8	58.4	364
Otrdiena 09.04.							
Vistas gaļas salāti ar rīsiem krējumu	100		olas, piens	3.6	6.2	12.5	121
Tēja	200			-	-	9.0	35
Smalkmaizītes	40		glutēns, olas, piens	7.5	5.3	44.2	160
		0.71		11.1	11.5	65.7	319
Trešdiena 10.04.							
Kartupeļu kotletes	90		glutēns, olas, piens	8.3	9.8	16.6	186
Tēja	200			-	-	9.0	35
Smalkmaizīte ar iebiezinātu pienu	35		glutēns, olas, piens	7.1	5.2	40.4	160
		0.71		15.4	15.0	66.0	381
Ceturtdiena 11.04.							
Pankūkas ar džemu	100/25		glutēns, olas, piens	5.5	5.4	34.5	213
Kafijas dzēriens ar pienu	200		piens	6.9	4.9	19.2	142
				12.4	10.3	53.7	355
		0.71					
Piektdiena 12.04.							
Omlete ar zaļiem zirnīšiem	100/25		glutēns, olas, piens	8.8	12.0	9.8	184
Ābolu kompots	200			0.2	0.5	15.7	68
Rupjmaize	40		glutēns	2.4	0.4	16.4	78
		0.71		11.4	12.9	41.9	330
	Kopā:	3.55					

Skolas direktore

O.Dukšinska

Ēdnīcas vadītāja

I.Skladova

Skolas māsa

S.Nikonova