

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(08.10.2018.-12.10.2018.) Launags

Pirmdiena 08.10	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Rauga pankūkas ar krējumu	75/25		glutēns, olas, piens				
Tēja	200						
Apelsīni	60						
		0.71		12	13.2	59.8	252.6
Otrdiena 09.10.							
Makaroni ar sieru	150/25		glutēns, olas, piens				
Tēja "Impra"	200						
		0.71		12	25	68	291
Trešdiena 10.10.							
Sacepums no biezpiena	50/15		piens				
Tēja	200						
Cepumi	15		glutēns, olas, piens				
		0.71		22	20	64	295.7
Ceturtdiena 11.10.							
Salāti ar vistas gaļu un krējumu	100		olas, piens				
Tēja	200						
Rupjmaize	10		glutēns				
Cepumi	15		glutēns, olas, piens				
Āboli	35						
		0.71		12	20	92	254.6
Piektdiena 12.10.							
Olas kultenis	85		glutēns, olas, piens				
Tēja	200						
Rupjmaize	20		glutēns				
		0.71		20	22	60	235
	Kopā:	2.84					