

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(10.09.2018.-14.09.2018.) Pamatēdienu (1.-4.kl.)

Pirmdiena 10.09.	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Mararoni ar sieru	200/35		glutēns, olas				
Svaigu kāpostu salāti	50						
Tēja ar cukuru	200						
Rupjmaize	20		glutēns				
Biezpiena sieriņš	35		piens				
Bumbieris	120						
		1.42		24	27	90	702
Otrdiena 11.09.							
Vistas gaļas kotlete	50		glutēns, olas				
Kartupeļu biezenis	125		piens				
Svaigi gurķi	50						
Ābolu kompots	200						
Cepumi ar sieru	35		glutēns, olas, piens				
Rupjmaize	40		glutēns				
		1.42		18	24	88	700.5
Trešdiena 12.09.							
Svaigu kāpostu zupa ar krējumu	200/5		piens				
Aknu kotletes	50		glutēns, olas				
Vārīti rīsi	100						
Biešu salāti ar krējumu	50		piens				
Ābolu kompots	200						
Rupjmaize	50		glutēns				
Smalkmaizīte	15		glutēns, olas, piens				
		1.42		18	26	90	720.4
Ceturtdiena 13.09.							
Sautējums ar cūkgaļu	100/50						
Sv. kāpostu un bietes salāti ar eļļu	50						
Kakao	200		piens				
Rupjmaize	10		glutēns				
Cepumi	25		glutēns, olas, piens				
		1.42		18	26	90	700.14
Piektdiena 14.09.							
Zivju kotletes	50		glutēns, olas, piens				
Kartupeļu biezenis	125		piens				
Svaigu kāpostu salāti ar eļļu	50						
Tēja	200						
Rupjmaize	10		glutēns				
Pīrags ar biezpienu	75		glutēns, olas, piens				
Apelsīns	50						
		1.42		18	26	88	721.6
	Kopā:						