

**Daugavpils 16.vidusskola**  
**NEDĒĻAS ĒDIENKARTE**  
**(10.09.2018.-14.09.2018.) Pamatēdienu (5.-12.kl.)**

<b>Pirmdiena 10.09</b>	<b>Svars gr</b>	<b>Cena eur</b>	<b>Alerģēni</b>	<b>Olbalt</b>	<b>Tauki</b>	<b>Ogļh</b>	<b>Kcal</b>
Makaroni ar cūkgaļu	100/50		glutēns, olas				
Svaigu kāpostu salāti ar eļļu	50						
Tēja	200						
Prjāņiks	40		glutēns, olas				
Rupjmaize	10		glutēns				
Āboli	50						
		<b>1.42</b>		26	30	112	842.4
<b>Otrdiena 11.09.</b>							
Svaigu kāpostu zupa ar krējumu	215		piens				
Vistas gaļas kotlete	50		glutēns, olas				
Kartupeļu biezenis	125		piens				
Svaigi gurķi	50						
Kakao	200		piens				
Sviestmaize ar sieru	30/15/15		glutēns, olas, piens				
Rupjmaize	20		glutēns				
Bumbieris	40						
		<b>1.42</b>		27	32	112	845
<b>Trešdiena 12.09.</b>							
Plovs ar vistas gaļu	100/50		piens				
Biešu salāti ar eļļu	50						
Ābolu kompots	200						
Rupjmaize	40		glutēns				
Smalkmaizīte	40		glutēns, olas, piens				
		<b>1.42</b>		26	30	110	842.2
<b>Ceturtdiena 13.09.</b>							
Pupiņu zupa ar krējumu	215		piens				
Cūkgaļas frikadeles	55		glutēns				
Kartupeļu biezenis	125		piens				
Marinēti gurķi	15						
Sulas dzēriens	200						
Rupjmaize	10		glutēns				
Cepumi	15		glutēns, olas, piens				
		<b>1.42</b>		26	30.7	110.5	870.5
<b>Piektdiena 14.09.</b>							
Zivju kotletes	50		glutēns, olas				
Kartupeļu biezenis	125		piens				
Svaigu kāpostu salāti ar eļļu	100						
Tēja	200						
Rupjmaize	10		glutēns				
Pīrāgs ar biezpienu	35		glutēns, olas, piens				
		<b>1.42</b>		26	30	110	840
	<b>Kopā:</b>						