Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(15.04.2019. – 18.04.2019.) Launags

Pirmdiena 15.04.	**Svars gr**	**Cena eur**	**Alergēni**	**Olbalt**	**Tauki**	**Ogļh**	**Kcal**
Rīsu biezputra ar sviestu	200/15		piens	4.7	8.8	32.8	230
Tēja "impra"	200			-	-	9.0	35
Mājas cepumi	15		glutēns, olas, piens	1.3	1.7	10.8	64
		0.71		6.0	10.5	52.6	**329**
Otrdiena 16.04.							
Biezpiena sieriņš	90		piens	7.2	13.7	23.9	261
Tēja "impra"	200			-	-	9.0	35
Baltmaize	30		glutēns, olas, piens	0.2	0.4	12.5	50
Bumbieri	100			0.5	0.3	12.4	54
		0.71		7.9	14.4	57.8	**400**
Trešdiena 17.04.							
Vārīti vistas šķiņķi	75			13.0	9.0	-	161
Salāti "veselība"	50			0.5	2.2	2.2	31
Tēja	200			-	-	9.0	35
Rupjmaize	10		glutēns	0.6	0.1	4.1	19
Āboli	100			0.3	0.6	11.4	52
		0.71		14.4	11.9	26.7	**298**
Ceturtdiena 18.04.							
Kartupeļu pankūkas ar krējumu	250		glutēns, olas, piens	6.4	12.0	33.8	232
Smalkmaizīte	40		glutēns, olas, piens	2.4	0.4	16.4	76
Tēja	200			-	-	9.0	35
		0.71		8.8	12.4	59.2	**343**
	Kopā:	**2.84**					