

**Daugavpils 16.vidusskola**  
**NEDĒĻAS ĒDIENKARTE**  
**(25.09.2018.-28.09.2018.) Pamatēdienu (10.-12.kl.)**

	<b>Svars gr</b>	<b>Cena eur</b>	<b>Alerģēni</b>	<b>Olbalt</b>	<b>Tauki</b>	<b>Ogļh</b>	<b>Kcal</b>
<b>Otrdiena 25.09.</b>							
Cūkgaļas frikadeles ar mērci	80		glutēns, olas, piens				
Vārīti rīsi	100						
Sv. kāpostu, tomātu, paprikas salāti ar eļļu	30						
Tēja "Impra"	200						
Biezpiena sieriņš	35		piens				
Rupjmaize	25		glutēns				
Persiki	50						
		<b>1.42</b>		26	30	112	842.4
<b>Trešdiena 26.09.</b>							
Rassoļņiks ar krējumu	200/25		piens				
Cepta vista	75						
Kartupeļu biezenis	125		piens				
Biešu salāti ar eļļu	30						
Ābolu kompots	200						
Rupjmaize	25		glutēns				
		<b>1.42</b>		27	32	112	845
<b>Ceturtdiena 27.09.</b>							
Cīsiņi vārīti	60						
Kartupeļu biezenis	125		piens				
Svaigi gurķi	30						
Ābolu kompots	200						
Rupjmaize	10		glutēns				
Smalkmaizīte ar biezpienu	40		glutēns, olas, piens				
		<b>1.42</b>		26	30	110	842.2
<b>Piektdiena 28.09.</b>							
Borščs ar krējumu	200/15		piens				
Sautētas aknas	50/50		glutēns				
Vārīti griķi	100						
Sv. kāpostu un biešu salāti ar eļļu	50						
Tēja	200						
Rupjmaize	25		glutēns				
Cepumi	15		glutēns, olas, piens				
Ābols	50						
		<b>1.42</b>		26.7	30	111.2	853.6
	<b>Kopā:</b>	<b>5.68</b>					