

## Trešdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	cena 1/2 (EUR)	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
<b>ZUPAS:</b>							
Skābeņu (A07,A01,A03)	300	0.65	0.39	8.335	20.6	16.232	285.848
<b>PAMATĒDIENI:</b>							
Karbonāde (A03,A01)	90	1.15		16.395	11.285	10.405	211.845
Šašliks		1.40	1.40				
Burkānu-zirniņu saut.(A01,A07)	300	1.00	0.60	9.21	17.94	30.39	314.14
Bērnu cīsiņi(A07)	100	1.00	0.60	11	23	3	285
Biezpiens(A07)	100	0.65		12.47	13.8	2.21	182.92
Kotlete (A03,A01)	120	1.10	0.66	12.618	48.78	14.011	548.116
<b>PIEDEVAS:</b>							
Kartupeļi	200	0.45	0.27	4.8	0.24	35.52	168.48
Griķi	200	0.45	0.27	10.08	2.64	49.68	262.8
Rīsi	200	0.45	0.27	4.55	3.65	46.41	236.69
<b>MĒRCES:</b>							
Baltā mērce(A01,A07)	50	0.15		0.775	2.555	3.715	40.955
Krējums(A07)	50	0.15		1.3	12.5	1.35	123.1
<b>SALĀTI:</b>							
Biešu salāti(A03)	100	0.45		1.385	5.087	9.5045	95.797
Burkānu salāti(A03)	100	0.45		1.66	13.495	8.296	164.879
Kāpostu salāti	100	0.45		1.61	5.095	7.711	78.099
Dārzeņu salāti	100	0.60		1.939	4.324	8.091	79.414
Seleriju salāti(A09,A03,A07)	100	0.60		1.4	9.51	5.89	115.23
Redīsu salāti (A03)	100	0.60		1.48	13.48	3.22	141.44
<b>SALDIE:</b>							
Krēms ar ķīseli(A07)	150	0.60		1.163	14.199	26.525	238.536
Zemeņu zupa ar putukr. (A07)	150	0.60		1.47	10.86	36.51	249.66
Maizes zupa ar putukr. (A01,A07)	150	0.60		3.0253	9.2	47.058	286.982
Biezp.masa ar ķīseli(A07)	150	0.60		7.16	7.35	24.706	193.604
<b>DZĒRIENI:</b>							
Sula apelsīnu	200	0.30		0	0	18	72
Sula ābolu	200	0.30		0	0	22	88
Morss	200	0.17		0.0023	0	17.64	70.79
Kefīrs(A07)	200	0.30		6	0.1	7.6	60
<b>MAIZE:</b>							
Maize(A01)	20	0.04		1.32	0.24	6.84	34.8
Plātsmaize(A01,A07)	120	0.40		3.134	14.508	41.8	310.308
Smilšu mīklas cepumi(A01,A07,A03)	10	0.05		0.7	0.74	2	47.6
Cepumi Pērle (A01,A03,A07,A08,A05)	30	0.20		2.1	7.2	15	132.6

## Trešdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	cena 1/2 (EUR)	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
<b>1.-4.klase</b>							
<b>Bērnu cīsiņi(A07)</b>	50			5.5	11.5	1.5	142.5
<b>Kartupeļi</b>	150			3.6	0.18	26.64	126.36
<b>Baltā mērce(A01,A07)</b>	50			0.775	2.555	3.715	40.955
<b>Kāpostu salāti</b>	50			0.76	5.045	3.713	60.977
<b>Skābeņu (A07,A01,A03)</b>	250			6.424	16.44	12.572	225.786
<b>Maize(A01)</b>	60			3.96	0.72	20.52	104.4
<b>Ābols</b>	50			0.2	0.4	4.9	24
<b>Piens(A07)</b>	200			5.64	5	9.46	105.4
<b>Morss</b>	200			0.0023	0	17.64	70.79
<b>kopā:</b>				<b>26.861</b>	<b>41.84</b>	<b>100.66</b>	<b>901.168</b>
<b>5.-8.klase</b>							
<b>Bērnu cīsiņi</b>	60						
<b>Kartupeļi</b>	200			4.8	0.24	35.52	168.48
<b>Baltā mērce(A01,A07)</b>	50			0.775	2.555	3.715	40.955
<b>Kāpostu salāti</b>	100			1.61	5.095	7.711	78.099
<b>Skābeņu (A07,A01,A03)</b>	300			8.335	20.6	16.232	285.848
<b>Maize(A01)</b>	60			3.96	0.72	20.52	104.4
<b>Piens(A07)</b>	200			5.64	5	9.46	105.4
<b>Morss</b>	200			0.0023	0	17.64	70.79
<b>kopā:</b>				<b>25.1223</b>	<b>34.21</b>	<b>110.798</b>	<b>853.972</b>
<b>KONDIKTOREJA:</b>							
<b>Austiņas (A01,A03,A07)</b>	50	<b>0.40</b>		2.23	6.91	21.99	179
<b>Biezpiena apaļā bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0.45</b>		5.46	7.31	34.99	248
<b>Karameļu bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0.45</b>		5.44	7.19	34.57	355
<b>Karameļu pīnīte(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0.45</b>		3.35	13.49	27.98	270
<b>Riekstu bulciņa (A01,A03,A07,A08,A05)</b>	75	<b>0.45</b>		6.68	5.58	28.77	245
<b>Magoņu bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0.45</b>		4.07	7.43	29.87	212
<b>Biezpiena stūrītis (A01,A03,A07)</b>	75	<b>0.45</b>		5.16	10.19	51.06	328
<b>Siera radziņš (A01,A03,A07)</b>	75	<b>0.45</b>		5.03	10.39	51.14	246
<b>Kanēļa bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0.35</b>		24.48	5.063	35.09	202
<b>Rožu bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0.35</b>		3.8	4.51	32.09	189.83
<b>Rožu bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0.35</b>		3.8	4.51	32.09	189.83