

Ceturtdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	cena 1/2 (EUR)	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
ZUPAS:							
Sk.kāpostu zupa (A07)	300	0.65	0.39	5.045	11.485	11.652	169.798
PAMATĒDIENI:							
Karbonāde (A03,A01)	90	1.15		16.395	11.285	10.405	211.845
Makaroni ar gaļu (A01)	300	1.30	0.78	14.915	28.845	53.692	535.863
Vistas f. ar dārzeņiem(A01,A07)	150	1.10	0.66	14.056	13.112	9.077	211.96
Pildīta vistas fileja(A01,A03)	130	1.30		29.66	19.495	0.68	298.215
Biezpiens(A07)	100	0.65		12.47	13.8	2.21	182.92
Pildīta kotlete(A01,A03)	120	1.15		13.15	38.535	16.729	468.381
PIEDEVAS:							
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
MĒRCES:							
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
SALĀTI:							
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
SALDIE:							
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
DZĒRIENI:							
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
MAIZE:							
Maize(A01)	20	0.04		1.32	0.24	6.84	34.8
Plātsmaize(A01,A07)	120	0.35		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

Ceturtdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	cena 1/2 (EUR)	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
1.-4.klase							
Makaroni ar gaļu (A01)	250			12.223	25.54	39.479	438.328
Marinēti gurķi	50			0.4	0	1.345	28.5
Kakao ķīselis ar pienu(A07)	150			3.5	2.95	22.801	131.7415
Maize(A01)	60			3.96	0.72	20.52	104.4
Burkāni	100			0.6	0	8.2	35
Piens(A07)	200			5.64	5	9.46	105.4
Morss	200			0.0023	0	17.64	70.79
kopā:				26.325	34.21	119.45	914.16
5.-8.klase							
Makaroni ar gaļu (A01)	300			14.915	28.845	53.692	535.863
Marinēti gurķi	100			0.8	0	2.69	57
Kakao ķīselis ar pienu(A07)	150			3.5	2.95	22.801	131.7415
Maize(A01)	60			3.96	0.72	20.52	104.4
Piens(A07)	200			5.64	5	9.46	105.4
Morss	200			0.0023	0	17.64	70.79
Burkāni	100			0.6	0	8.2	35
kopā:				29.4173	37.515	135.003	1040.195
KONDIKTOREJA:							
Austiņas (A01,A03,A07)	50	0.40		2.23	6.91	21.99	179
Biezpiena apaļā bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.40		5.46	7.31	34.99	248
Karameļu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.40		5.44	7.19	34.57	355
Karameļu pīnīte(A01,A03,A07)	75	0.45		3.35	13.49	27.98	270
Riekstu bulciņa (A01,A03,A07,A08,A05)	75	0.40		6.68	5.58	28.77	245
Magoņu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.40		4.07	7.43	29.87	212
Biezpiena stūrītis (A01,A03,A07)	75	0.40		5.16	10.19	51.06	328
Siera radziņš (A01,A03,A07)	75	0.45		5.03	10.39	51.14	246
Kanēļa bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.35		24.48	5.063	35.09	202
Rožu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.35		3.8	4.51	32.09	189.83
Rožu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.35		3.8	4.51	32.09	189.83