

## Ceturtdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	cena 1/2 (EUR)	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
<b>ZUPAS:</b>							
<b>SV. kāpostu zupa (A07)</b>	300	<b>0.65</b>	<b>0.39</b>	5.045	11.485	11.652	169.798
<b>PAMATĒDIENI:</b>							
<b>Karbonāde (A03,A01)</b>	90	<b>1.15</b>		16.395	11.285	10.405	211.845
<b>Cepta zivs (A01,A03,A04)</b>	120	<b>1.15</b>		21.29	9.73	14.22	229.41
<b>Slinkie kāpostu tīteņi(A01,A07)</b>	300	<b>1.20</b>	<b>0.72</b>	11.423	28.246	32.881	383.24
<b>Biezpiena plācenīši(A01,A03,A07)</b>	250	<b>1.20</b>		31.095	31.555	55.015	628.435
<b>Biezpiens(A07)</b>	100	<b>0.65</b>		12.47	13.8	2.21	182.92
<b>PIEDEVAS:</b>							
<b>Kartupeļi</b>	200	<b>0.45</b>	<b>0.27</b>	4.8	0.24	35.52	168.48
<b>Griķi</b>	200	<b>0.45</b>	<b>0.27</b>	10.08	2.64	49.68	262.8
<b>Rīsi</b>	200	<b>0.45</b>	<b>0.27</b>	4.55	3.65	46.41	236.69
<b>MĒRCE:</b>							
<b>Baltā mērce(A01,A07)</b>	50	<b>0.15</b>		0.775	2.555	3.715	40.955
<b>Krējums(A07)</b>	50	<b>0.15</b>		1.3	12.5	1.35	123.1
<b>SALĀTI:</b>							
<b>Biešu salāti(A03)</b>	100	<b>0.45</b>		1.385	5.087	9.5045	95.797
<b>Burkānu salāti(A03)</b>	100	<b>0.45</b>		1.66	13.495	8.296	164.879
<b>Kāpostu salāti</b>	100	<b>0.45</b>		1.61	5.095	7.711	78.099
<b>Dārzeņu salāti</b>	100	<b>0.60</b>		1.939	4.324	8.091	79.414
<b>Seleriju salāti(A09,A03,A07)</b>	100	<b>0.60</b>		1.4	9.51	5.89	115.23
<b>Redīsu salāti (A03)</b>	100	<b>0.60</b>		1.48	13.48	3.22	141.44
<b>SALDIE:</b>							
<b>Krēms ar ķīseli(A07)</b>	150	<b>0.60</b>		1.163	14.199	26.525	238.536
<b>Zemeņu zupa ar putukr. (A07)</b>	150	<b>0.60</b>		1.47	10.86	36.51	249.66
<b>Maizes zupa ar putukr. (A01,A07)</b>	150	<b>0.60</b>		3.0253	9.2	47.058	286.982
<b>Biezp.masa ar ķīseli(A07)</b>	150	<b>0.60</b>		7.16	7.35	24.706	193.604
<b>DZĒRIENI:</b>							
<b>Sula apelsīnu</b>	200	<b>0.30</b>		0	0	18	72
<b>Sula ābolu</b>	200	<b>0.30</b>		0	0	22	88
<b>Morss</b>	200	<b>0.17</b>		0.0023	0	17.64	70.79
<b>Kefīrs(A07)</b>	200	<b>0.30</b>		6	0.1	7.6	60
<b>MAIZE:</b>							
<b>Maize(A01)</b>	20	<b>0.04</b>		1.32	0.24	6.84	34.8
<b>Plātsmaize(A01,A07)</b>	120	<b>0.40</b>		3.134	14.508	41.8	310.308
<b>Smilšu mīklas cepumi(A01,A07,A03)</b>	10	<b>0.05</b>		0.7	0.74	2	47.6
<b>Cepumi Pērle (A01,A03,A07,A08,A05)</b>	30	<b>0.20</b>		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.	
<b>1.-4.klase</b>							
Slinkie kāpostu tīteņi(A01,A07)	250			9.562	23.196	27.484	316.492
Marinēti gurķi	50			0.4	0	1.345	28.5
Piena zupa ar griķiem (A07)	250			7.26	5.48	18.119	150.836
Maize(A01)	60			3.96	0.72	20.52	104.4
Ābols	50			0.2	0.4	4.9	24
Piens(A07)	200			5.64	5	9.46	105.4
Morss	200			0.0023	0	17.64	70.79
<b>kopā:</b>				<b>27.024</b>	<b>34.796</b>	<b>99.468</b>	<b>800.418</b>
<b>5.-8.klase</b>							
Slinkie kāpostu tīteņi(A01,A07)	300			11.423	28.246	32.881	383.24
Marinēti gurķi	100			0.8	0	2.69	57
Piena zupa ar griķiem (A07)	300			8.67	6.73	20.484	177.186
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
Ābols	100			0.4	0.8	9.8	48
<b>kopā:</b>				<b>30.8953</b>	<b>41.496</b>	<b>113.475</b>	<b>946.016</b>
<b>KONDIKTOREJA:</b>							
Austiņas (A01,A03,A07)	50	<b>0.40</b>		2.23	6.91	21.99	179
Biezpiena apaļā bulciņa(A01,A03,A07)	75	<b>0.45</b>		5.46	7.31	34.99	248
Karameļu bulciņa(A01,A03,A07)	75	<b>0.45</b>		5.44	7.19	34.57	355
Karameļu pīnīte(A01,A03,A07)	75	<b>0.45</b>		3.35	13.49	27.98	270
Riekstu bulciņa (A01,A03,A07,A08,A05)	75	<b>0.45</b>		6.68	5.58	28.77	245
Magoņu bulciņa(A01,A03,A07)	75	<b>0.45</b>		4.07	7.43	29.87	212
Biezpiena stūrītis (A01,A03,A07)	75	<b>0.45</b>		5.16	10.19	51.06	328
Siera radziņš (A01,A03,A07)	75	<b>0.45</b>		5.03	10.39	51.14	246
Kanēļa bulciņa(A01,A03,A07)	75	<b>0.35</b>		24.48	5.063	35.09	202
Rožu bulciņa(A01,A03,A07)	75	<b>0.35</b>		3.8	4.51	32.09	189.83
Rožu bulciņa(A01,A03,A07)	75	<b>0.35</b>		3.8	4.51	32.09	189.83