

Pirmdiena

| Ēdiena nosaukums (Alerģēni) | Porcijas | | | Uzturvielas (g) | | | Enerģija (kcal) |
|------------------------------------|---------------------|------------|---------------------------------------|-----------------|--------|--------|-----------------|
| | svars (g) +/-10% | cena (EUR) | pusporc. (EUR) 60% no pilnas cenas | Olb.v. | Tauki | Ogļh. | |
| ZUPAS: | | | | | | | |
| Sēņu zupa (A07,A01) | 300 | 0,70 | 0,42 | 3,94 | 6,525 | 15,93 | 140,225 |
| PAMATĒDIENI: | | | | | | | |
| Karbonāde (A03,A01) | 90 | 1,15 | | 16,395 | 11,285 | 10,405 | 211,845 |
| Kartupeļu pankūkas(A01,A03,A07) | 240 | 1,10 | | 8,54 | 20,09 | 43,215 | 391,54 |
| Vistas fil.ar tmātu,sieru(A01,A03) | 240 | 1,20 | | 25,685 | 17,815 | 11,855 | 310,495 |
| Maltās gaļas mērce (A01,A07) | 150 | 1,10 | 0,66 | 7,57 | 30,96 | 8,959 | 346,306 |
| Biezpiens(A07) | 100 | 0,65 | | 12,47 | 13,8 | 2,21 | 182,92 |
| Ceptas aknas(A01,A03) | 120 | 1,10 | | 17,31 | 7,55 | 14,99 | 197,65 |
| 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 | 0,27 | 1,385 | 5,087 | 9,5045 | 95,797 |
| Burkānu salāti(A03) | 100 | 0,45 | 0,27 | 1,66 | 13,495 | 8,296 | 164,879 |
| Kāpostu salāti | 100 | 0,45 | 0,27 | 1,61 | 5,095 | 7,711 | 78,099 |
| Dārzeņu salāti | 100 | 0,60 | 0,36 | 1,939 | 4,324 | 8,091 | 79,414 |
| Seleriju salāti(A09,A03,A07) | 100 | 0,60 | 0,36 | 1,4 | 9,51 | 5,89 | 115,23 |
| Redīsu salāti (A03) | 100 | 0,60 | 0,36 | 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 |
| Plātismaize(A01,A07) | 120 | 0,45 | | 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 |

Pirmdiena

| Ēdiena nosaukums (Alerģēni) | Porcijas | | | Uzturvielas (g) | | | Enerģija (kcal) |
|--|---------------------|-------------|----------------|-----------------|---------------|---------------|-----------------|
| | svars (g) +/-10% | cena (EUR) | cena 1/2 (EUR) | Olb.v. | Tauki | Oglh. | |
| 1.-4.klase | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| Maltās gaļas mērce (A01,A07) | 75 | | | 6,045 | 22,29 | 8,152 | 258,618 |
| Griķi | 150 | | | 7,56 | 1,98 | 37,26 | 197,1 |
| Burkānu salāti(A03) | 50 | | | 0,841 | 8,083 | 4,98 | 97,711 |
| Jogurts(A07) | 150 | | | 6,6 | 0,15 | 5,4 | 208,37 |
| Maize(A01) | 20 | | | 1,32 | 0,24 | 6,84 | 34,8 |
| Ābols | 50 | | | 0,2 | 0,4 | 4,9 | 24 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| kopā: | | | | 22,566 | 33,143 | 67,532 | 820,599 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| 5.-8.klase | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| Maltās gaļas mērce (A01,A07) | 75 | | | 6,045 | 22,29 | 8,152 | 258,618 |
| Griķi | 200 | | | 10,08 | 2,64 | 49,68 | 262,8 |
| Burkānu salāti(A03) | 100 | | | 1,66 | 13,495 | 8,296 | 164,879 |
| Jogurts(A07) | 150 | | | 6,6 | 0,15 | 5,4 | 208,37 |
| Maize(A01) | 40 | | | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 69,6 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| kopā: | | | | 27,025 | 39,055 | 85,208 | 964,267 |
| KONDITOREJA: | | | | | | | |
| Austiņas (A01,A03,A07) | 50 | 0,40 | | 2,23 | 6,91 | 21,99 | 179 |
| Biezpiena apaļā bulciņa(A01,A03,A07) | 75 | 0,45 | | 5,46 | 7,31 | 34,99 | 248 |
| Karamelu bulciņa(A01,A03,A07) | 75 | 0,45 | | 5,44 | 7,19 | 34,57 | 355 |
| Karamelu pīnīte(A01,A03,A07) | 75 | 0,45 | | 3,35 | 13,49 | 27,98 | 270 |
| Riekstu bulciņa (A01,A03,A07,A08,A05) | 75 | 0,45 | | 6,68 | 5,58 | 28,77 | 245 |
| Magoņu bulciņa(A01,A03,A07) | 75 | 0,45 | | 4,07 | 7,43 | 29,87 | 212 |
| Biezpiena stūrītis (A01,A03,A07) | 75 | 0,45 | | 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 |