

Trešdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	pusporc. (EUR) 60% no pilnas cenas	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
ZUPAS:							
Zirņu biezzupa (A07)	300	0,65	0,39	12,365	18,271	26,22	322,23
PAMATĒDIENI:							
Karbonāde (A03,A01)	90	1,15		16,395	11,285	10,405	211,845
Slinkie kāpostu tīteņi(A01,A07)	300	1,20	0,72	13,133	34,501	32,881	434,945
Kotlete (A03,A01)	120	1,10	0,66	12,618	48,78	14,011	548,116
Karbonāde kart.kaž.(A01,A03)	240	1,80		29,66	19,495	0,68	298,215
Biezpiens(A07)	100	0,65		12,47	13,8	2,21	182,92
Gulašs (A01)	150	1,10	0,66	10,684	35,473	9,639	404,239
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

Trešdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	cena 1/2 (EUR)	Olb.v.	Tauki	Oglh.	
1.-4.klase							
Slinkie kāpostu tīteņi(A01,A07)	250			11,5	30,285	27,484	375,091
Marinēti gurķi	50			0,4	0	1,345	28,5
Piena zupa ar grūbām (A07, A01)	250			7,035	5,165	19,934	154,361
Maize(A01)	20			1,32	0,24	6,84	34,8
Kāposti	100			1,8	0,1	5,7	22,9
Piens(A07)	200			5,64	5	9,46	105,4
kopā:				27,695	40,79	70,763	721,052
5.-8.klase							
Slinkie kāpostu tīteņi(A01,A07)	300			13,133	34,501	32,881	434,945
Marinēti gurķi	100			0,8	0	2,69	57
Piena zupa ar grūbām (A07, A01)	300			8,445	6,415	22,299	180,711
Maize(A01)	20			1,32	0,24	6,84	34,8
Kāposti	100			1,8	0,1	5,7	22,9
Piens(A07)	200			5,64	5	9,46	105,4
kopā:				31,138	46,256	79,87	835,756
KONDIKTOREJA:							
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
Rožu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0,35		3,8	4,51	32,09	189,83