

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:							
Zemnieku zupa (A07)	300	0,65	0,39	5,166	12,005	12,276	177,923
PAMATĒDIENI:							
Karbonāde (A03,A01)	90	1,15		16,395	11,285	10,405	211,845
Maltās gaļas mērce (A01,A07)	150	1,10	0,66	7,57	30,96	8,959	346,306
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
Makaronu sacep. (A01,A03,A07)	300	1,35		27,545	47,26	56,87	766,12
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							
Maltās gaļas mērce (A01,A07)	75			6,045	22,29	8,152	258,618
Kartupeļi	150			3,6	0,18	26,64	126,36
Kāpostu salāti	50			0,76	5,045	3,713	60,977
Piena z. ar makaroniem (A07, A01)	250			7,2	5,165	20,414	156,941
Maize(A01)	20			1,32	0,24	6,84	34,8
Piens(A07)	200			5,64	5	9,46	105,4
kopā:				24,565	37,92	75,219	743,096
5.-8.klase							
Maltās gaļas mērce (A01,A07)	75			6,045	22,29	8,152	258,618
Kartupeļi	200			4,8	0,24	35,52	168,48
Kāpostu salāti	100			1,61	5,095	7,711	78,099
Piena z. ar makaroniem (A07, A01)	250			7,2	5,165	20,414	156,941
Maize(A01)	20			1,32	0,24	6,84	34,8
Piens(A07)	200			5,64	5	9,46	105,4
kopā:				26,615	38,03	88,097	802,338
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
Karameļu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0,45		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	0,45		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