

## Piektdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	pusporc. (EUR) 60% no pilnas cenas	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
<b>ZUPAS:</b>							
Sv.kāpostu zupa (A07)	300	0,65	0,39	5,045	11,485	11,652	169,798
<b>PAMATĒDIENI:</b>							
Karbonāde (A03,A01)	90	1,15		16,395	11,285	10,405	211,845
Tefteli(A01,A03)	120	1,15	0,69	12,76	33,759	40,772	519,974
Šašliks	150	1,40		13,133	34,501	32,881	434,945
Biezpiens(A07)	100	0,65		12,47	13,8	2,21	182,92
Pupiņu pākstis ar malto gaļu	300	1,35	0,81	18,465	32,52	14,43	429
Ceptas ribiņas	120	1,25					
<b>PIEDEVAS:</b>							
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
<b>MĒRCES:</b>							
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
<b>SALĀTI:</b>							
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
<b>SALDIE:</b>							
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
<b>DZĒRIENI:</b>							
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
<b>MAIZE:</b>							
Maize(A01)	20	0,04		1,32	0,24	6,84	34,8
Plātsmaize(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

## Piektdiena

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>							
<b>Tefteli(A01,A03)</b>	60			8,234	23,643	21,129	331,671
<b>Kartupeļi</b>	150			3,6	0,18	26,64	126,36
<b>Baltā mērce(A01,A07)</b>	50			0,775	2,555	3,715	40,955
<b>Biešu salāti(A03)</b>	50			0,738	2,044	4,9274	43,64
<b>Smilšu mīklas cepumi(A01,A07,A03)</b>	20			1,4	1,48	4	95,2
<b>Maize(A01)</b>	20			1,32	0,24	6,84	34,8
<b>kopā:</b>				<b>16,067</b>	<b>30,142</b>	<b>67,251</b>	<b>672,626</b>
<b>5.-8.klase</b>							
<b>Tefteli(A01,A03)</b>	60			8,234	23,643	21,129	331,671
<b>Kartupeļi</b>	200			4,8	0,24	35,52	168,48
<b>Baltā mērce(A01,A07)</b>	50			0,775	2,555	3,715	40,955
<b>Biešu salāti(A03)</b>	100			1,385	5,087	9,5045	95,797
<b>Smilšu mīklas cepumi(A01,A07,A03)</b>	20			1,4	1,48	4	95,2
<b>Maize(A01)</b>	40			2,64	0,48	13,68	69,6
<b>kopā:</b>				<b>19,234</b>	<b>33,485</b>	<b>87,5485</b>	<b>801,703</b>
<b>KONDIKTOREJA:</b>							
<b>Austiņas (A01,A03,A07)</b>	50	<b>0,40</b>		2,23	6,91	21,99	179
<b>Biezpiena apaļā bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		5,46	7,31	34,99	248
<b>Karameļu bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		5,44	7,19	34,57	355
<b>Karameļu pīnīte(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		3,35	13,49	27,98	270
<b>Riekstu bulciņa (A01,A03,A07,A08,A05)</b>	75	<b>0,45</b>		6,68	5,58	28,77	245
<b>Magoņu bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		4,07	7,43	29,87	212
<b>Biezpiena stūrītis (A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		5,16	10,19	51,06	328
<b>Siera radziņš (A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		5,03	10,39	51,14	246
<b>Kanēļa bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,35</b>		24,48	5,063	35,09	202
<b>Rožu bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,35</b>		3,8	4,51	32,09	189,83
<b>Rožu bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,35</b>		3,8	4,51	32,09	189,83