

Piektdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	pusporc. (EUR) 60% no pilnas cenas	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
ZUPAS:							
Frikadeļu zupa (A07)	300	0,65	0,39	6,245	20,195	13,752	265,733
PAMATĒDIENI:							
Karbonāde (A03,A01)	90	1,15		16,395	11,285	10,405	211,845
Kotlete (A03,A01)	120	1,15	0,69	12,618	48,78	14,011	548,116
Šašliks	150	1,40		18,465	32,52	14,43	429
Biezpiens(A07)	100	0,65		12,47	13,8	2,21	182,92
Burkānu-zirniņu saut.(A01,A07)	300	1,00	0,60	9,21	17,94	30,39	314,14
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	2,01	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

Piektdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	cena 1/2 (EUR)	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
1.-4.klase							
Kotlete (A03,A01)	60			7,635	22,042	15,244	291,194
Kartupeļi	150			3,6	0,18	26,64	126,36
Baltā mērce(A01,A07)	50			0,775	2,555	3,715	40,955
Kāpostu salāti	50			0,76	5,045	3,713	60,977
Banāns	80			1,5	0,1	21	90,9
Maize(A01)	20			1,32	0,24	6,84	34,8
Morss	200			0,0023	0	17,64	70,79
kopā:				15,592	30,162	94,792	715,976
5.-8.klase							
Kotlete (A03,A01)	60			7,635	22,042	15,244	291,194
Kartupeļi	200			4,8	0,24	35,52	168,48
Baltā mērce(A01,A07)	50			0,775	2,555	3,715	40,955
Kāpostu salāti	100			2,01	5,095	7,711	78,099
Banāns	80			1,5	0,1	21	90,9
Maize(A01)	20			1,32	0,24	6,84	34,8
Morss	200			0,0023	0	17,64	70,79
kopā:				18,0423	30,272	107,67	775,218
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
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