

## Pirmdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)		
	svars (g)	cena	pusporc. (EUR) 60% no pilnas	Olb.v.	Tauki	Oglh.
<b>ZUPAS:</b>						
Sk.kāpostu zupa	300	0,70	0,45	5,166	12,005	12,276
<b>PAMATĒDIENI:</b>						
Karbonāde (A03,A01)	90	1,20		16,395	11,285	10,405
Rauga pankūkas(A01,A03,A07)	200	1,20		11,334	8,8571	108,34
Vistas fil.ar tmātu,sieru(A01,A03)	240	1,25		25,685	17,815	11,855
Makaroni ar gaļu (A01)	300	1,45	0,90	14,915	28,845	53,692
C.g.strogonovs(A01,A07)	150	1,15	0,70	10,583	44,748	6,706
<b>PIEDEVAS:</b>						
Kartupeļi	200	0,45	0,30	4,8	0,24	35,52
Griķi	200	0,45	0,30	10,08	2,64	49,68
Rīsi	200	0,45	0,30	4,55	3,65	46,41
<b>MĒRCES:</b>						
Baltā mērce(A01,A07)	50	0,15		0,775	2,555	3,715
Krējums(A07)	50	0,15		1,3	12,5	1,35
<b>SALĀTI:</b>						
Biešu salāti(A03)	100	0,45	0,30	1,385	5,087	9,5045
Burkānu salāti(A03)	100	0,45	0,30	1,66	13,495	8,296
	100	0,45	0,30	1,61	5,095	7,711
Dārzeņu salāti	100	0,60	0,40	1,939	4,324	8,091
	100	0,60	0,40	1,4	9,51	5,89
Redīsu salāti (A03)	100	0,60	0,40	1,48	13,48	3,22
<b>SALDIE:</b>						
Krēms ar ķīseli(A07)	150	0,65		1,163	14,199	26,525
Zemeņu zupa ar putukr. (A07)	150	0,65		1,47	10,86	36,51
Maizes zupa ar putukr. (A01,A07)	150	0,65		3,0253	9,2	47,058
	150	0,65		7,16	7,35	24,706
<b>DZĒRIENI:</b>						
Sula apelsīnu	200	0,35		0	0	18
Sula ābolu	200	0,35		0	0	22
Morss	200	0,20		0,0023	0	17,64
Kefīrs(A07)	200	0,35		6	0,1	7,6
Burkānu sula	200	0,80		0	0	12
<b>MAIZE:</b>						
Maize(A01)	20	0,04		1,32	0,24	6,84
Plātismaize(A01,A07)	120	0,45		3,134	14,508	41,8
Smilšu mīklas cepumi(A01,A07,A03)	10	0,05		0,7	0,74	2
Cepumi Pērle (A01,A03,A07,A08,A05)	30	0,25		2,1	7,2	15

## Pirmdiena

Enerģija (kcal)	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas		
		svars (g)	cena	cena 1/2	Olb.v.	Tauki	
177,923	<b>1.-4.klase</b>						
211,845	<b>Makaroni ar gaļu (A01)</b>	300			14,915	28,845	
558,4049	<b>Marinēti gurķi</b>	100			0,8	0	
310,495	<b>Smilšu mīklas cepumi(A01,A07,A03)</b>	20			1,4	1,48	
535,863	<b>Maize(A01)</b>	20			1,32	0,24	
482,544	<b>Piens(A07)</b>	200			5,64	5	
168,48							
262,8							
236,69	<b>kopā:</b>				<b>24,075</b>	<b>35,565</b>	
40,955							
123,1							
95,797	<b>5.-8.klase</b>						
164,879							
78,099							
79,414							
115,23							
141,44							
238,536							
249,66							
286,982							
193,604							
72	<b>kopā:</b>				<b>0</b>	<b>0</b>	
88	<b>KONDIKTOREJA:</b>						
70,79	<b>Austiņas (A01,A03,A07)</b>	50	<b>0,40</b>		2,23	6,91	
60	<b>Biezpiena apaļā bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		5,46	7,31	
56	<b>Karamelu bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		5,44	7,19	
	<b>Karamelu pīnīte(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		3,35	13,49	
34,8	<b>Riekstu bulciņa (A01,A03,A07,A08,A05)</b>	75	<b>0,45</b>		6,68	5,58	
310,308	<b>Magoņu bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		4,07	7,43	
47,6	<b>Biezpiena stūrītis (A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		5,16	10,19	
132,6	<b>Siera radziņš (A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,45</b>		5,03	10,39	
	<b>Kanēļa bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,35</b>		24,48	5,063	
	<b>Rožu bulciņa(A01,A03,A07)</b>	75	<b>0,35</b>		3,8	4,51	

(g)	Ener-
Oglh.	gija
53,692	535,863
2,69	57
4	95,2
6,84	34,8
9,46	105,4
<b>76,682</b>	<b>828,263</b>
<b>0</b>	<b>0</b>
21,99	179
34,99	248
34,57	355
27,98	270
28,77	245
29,87	212
51,06	328
51,14	246
35,09	202
32,09	189,83