Ceturtdiena

Ēdiena nosaukums (Alergēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Ener-ģija (kcal)
	svars (g)	cena	pusporc. (EUR) +/-62% no pilnas	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
ZUPAS:							
Rasoļņiks (A07, A01)	300	**0.90**	**0.55**	6.04	17.124	18.108	257.985
PAMATĒDIENI:							
Karbonāde (A03,A01)	90	**1.30**		16.395	11.285	10.405	211.845
Cepta zivs (A01,A03,A04)	120	**1.30**		21.29	9.73	14.22	229.41
Biezpiena plācenīši(A01,A03,A07)	250	**1.40**		31.095	31.555	55.015	628.435
Vistas f. ar dārzeņiem(A01,A07)	150	**1.25**	**0.80**	14.056	13.112	9.077	211.96
Biezpiens(A07)	100	**0.80**	**0.45**	12.47	13.8	2.21	182.92
Makaronu sacep. (A01,A03,A07)	300	**1.50**	**0.90**	27.545	47.26	56.87	766.12
PIEDEVAS:							
Kartupeļi	200	**0.50**	**0.35**	4.8	0.24	35.52	168.48
Griķi	200	**0.50**	**0.35**	10.08	2.64	49.68	262.8
Rīsi	200	**0.50**	**0.35**	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	**0.5**	**0.35**	1.385	5.087	9.5045	95.797
Burkānu salāti(A03)	100	**0.5**	**0.35**	1.66	13.495	8.296	164.879
Kāpostu salāti	100	**0.5**	**0.35**	1.61	5.095	7.711	78.099
Dārzeņu salāti	100	**0.65**	**0.45**	1.939	4.324	8.091	79.414
Seleriju salāti(A09,A03,A07)	100	**0.65**	**0.45**	1.4	9.51	5.89	115.23
Redīsu salāti (A03)	100	**0.65**	**0.45**	1.48	13.48	3.22	141.44
SALDIE:							
Krēms ar ķīseli(A07)	150	**0.70**		1.163	14.199	26.525	238.536
Zemeņu zupa ar putukr. (A07)	150	**0.70**		1.47	10.86	36.51	249.66
Maizes zupa ar putukr. (A01,A07)	150	**0.70**		3.0253	9.2	47.058	286.982
Biezp.masa ar ķīseli(A07)	150	**0.70**		7.16	7.35	24.706	193.604
DZĒRIENI:							
Sula apelsīnu	200	**0.35**		0	0	18	72
Sula ābolu	200	**0.35**		0	0	22	88
Morss	200	**0.25**		0.0023	0	17.64	70.79
Kefīrs(A07)	200	**0.35**		6	0.1	7.6	60
Burkānu sula	200	**1.00**		0	0	12	56
MAIZE:							
Maize(A01)	20	**0.04**		1.32	0.24	6.84	34.8
Plātsmaize(A01,A07)	120	**0.55**		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	**0.25**		2.1	7.2	15	132.6

Ceturtdiena

Ēdiena nosaukums (Alergēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Ener-ģija
	svars (g)	cena	cena 1/2	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
1.-4.klase							
Rasoļniks (A07, A01)	300			6.04	17.124	18.108	257.985
Pārslas ar pienu (A01,A07)	150			5.862	3.35	38.163	208.37
Maize(A01)	60			3.96	0.72	20.52	104.4
Ābols	100			0.4	0.8	9.8	48
kopā:				**16.262**	**21.994**	**86.591**	**618.755**
5.-8.klase							
kopā:				**0**	**0**	**0**	**0**
KONDITOREJA:							
Austiņas (A01,A03,A07)	50	**0.45**		2.23	6.91	21.99	179
Biezpiena apaļā bulciņa(A01,A03,A07)	75	**0.50**		5.46	7.31	34.99	248
Karameļu bulciņa(A01,A03,A07)	75	**0.50**		5.44	7.19	34.57	355
Karameļu pīnīte(A01,A03,A07)	75	**0.50**		3.35	13.49	27.98	270
Riekstu bulciņa (A01,A03,A07,A08,A05)	75	**0.50**		6.68	5.58	28.77	245
Magoņu bulciņa(A01,A03,A07)	75	**0.50**		4.07	7.43	29.87	212
Biezpiena stūrītis (A01,A03,A07)	75	**0.50**		5.16	10.19	51.06	328
Siera radziņš (A01,A03,A07)	75	**0.50**		5.03	10.39	51.14	246
Kanēļa bulciņa(A01,A03,A07)	75	**0.50**		24.48	5.063	35.09	202
Rožu bulciņa(A01,A03,A07)	75	**0.50**		3.8	4.51	32.09	189.83
Rožu bulciņa(A01,A03,A07)	75	**0.50**		3.8	4.51	32.09	189.83