

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:							
Gulaša zupa (A07)	300	1.20	0.80	7.727	16.809	10.123	226.021
PAMATĒDIENI:							
Karbonāde (A03,A01)	90	1.60		16.395	11.285	10.405	211.845
Mājas sautējums	300	2.00	1.20	11.365	30.25	32.738	457.632
Vistas spārniņi medus mērcē		1.85		29.66	19.495	0.68	298.215
Kotlete (A03,A01)	120	1.50	0.95	12.618	48.78	14.011	548.116
Burkānu-zirniņu saut.(A01,A07)	300	1.60	1.00	9.21	17.94	30.39	314.14
PIEDEVAS:							
Kartupeļi	200	0.70	0.45	4.8	0.24	35.52	168.48
Griķi	200	0.70	0.45	10.08	2.64	49.68	262.8
Rīsi	200	0.70	0.45	4.55	3.65	46.41	236.69
MĒRCES:							
Baltā mērce(A01,A07)	50	0.25		0.775	2.555	3.715	40.955
Krējums(A07)	50	0.25		1.3	12.5	1.35	123.1
SALĀTI:							
Biešu salāti(A03)	100	0.80	0.50	1.385	5.087	9.5045	95.797
Burkānu salāti(A03)	100	0.80	0.50	1.66	13.495	8.296	164.879
Kāpostu salāti	100	0.80	0.50	1.61	5.095	7.711	78.099
Dārzeņu salāti	100	0.80	0.50	1.939	4.324	8.091	79.414
Seleriju salāti(A09,A03,A07)	100	0.80	0.50	1.4	9.51	5.89	115.23
Redīsu salāti (A03)	100	0.80	0.50	1.48	13.48	3.22	141.44
SALDIE:							
Krēms ar ķīseli(A07)	150	1.00		1.163	14.199	26.525	238.536
Zemeņu zupa ar putukr. (A07)	150	1.00		1.47	10.86	36.51	249.66
Maizes zupa ar putukr. (A01,A07)	150	1.00		3.0253	9.2	47.058	286.982
Biezp.masa ar ķīseli(A07)	150	1.00		7.16	7.35	24.706	193.604
DZĒRIENI:							
Sula apelsīnu	200	0.50		0	0	18	72
Sula ābolu	200	0.50		0	0	22	88
Morss	200	0.35		0.0023	0	17.64	70.79
Kefīrs(A07)	200	0.50		6	0.1	7.6	60
Burkānu sula	200	1.30		0	0	12	56
MAIZE:							
Maize(A01)	20	0.05		1.32	0.24	6.84	34.8
Plātsmaize(A01,A07)	120	0.80		3.134	14.508	41.8	310.308
Smilšu mīklas cepumi(A01,A07,A03)	10	0.10		0.7	0.74	2	47.6
Cepumi Pērle (A01,A03,A07,A08,A05)	30	0.40		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	Ogļh.	
1.-4.klase							
Mājas sautējums	300			13.525	21.55	30.742	380.228
Marinēti gurķi	100			0.8	0	2.69	57
Maize(A01)	20			1.32	0.24	6.84	34.8
Morss	200			0.0023	0	17.64	70.79
Smilšu mīklas cepumi(A01,A07,A03)	20			1.4	1.48	7	95.2
kopā:				17.047	23.27	64.912	638.018
5.-8.klase							
kopā:				0	0	0	0
KONDIKTOREJA:							
Austiņas (A01,A03,A07)	50	0.70		2.23	6.91	21.99	179
Biezpiena apaļā bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.70		5.46	7.31	34.99	248
Karameļu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.70		5.44	7.19	34.57	355
Karameļu pīnīte(A01,A03,A07)	75	0.70		3.35	13.49	27.98	270
Riekstu bulciņa (A01,A03,A07,A08,A05)	75	0.70		6.68	5.58	28.77	245
Magoņu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.70		4.07	7.43	29.87	212
Biezpiena stūrītis (A01,A03,A07)	75	0.70		5.16	10.19	51.06	328
Siera radziņš (A01,A03,A07)	75	0.70		5.03	10.39	51.14	246
Kanēļa bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.70		24.48	5.063	35.09	202
Rožu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.70		3.8	4.51	32.09	189.83