

## Ceturtdiena

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>							
<b>Zirņu zupa (A07)</b>	300	<b>1.10</b>	<b>0.75</b>	12.365	18.271	26.22	322.23
<b>PAMATĒDIENI:</b>							
<b>Karbonāde (A03,A01)</b>	90	<b>1.60</b>		16.395	11.285	10.405	211.845
<b>Cepta zivs (A01,A03,A04)</b>	120	<b>1.70</b>		21.29	9.73	14.22	229.41
<b>Biezpiena plācenīši(A01,A03,A07)</b>	250	<b>2.00</b>	<b>1.20</b>	31.095	31.555	55.015	628.435
<b>Dārzeņi tvaicēti</b>	200	<b>1.00</b>	<b>0.65</b>	1.939	4.324	8.091	79.414
<b>Vistas gaļas kotletes</b>	120	<b>1.70</b>	<b>1.05</b>	25.685	17.815	11.855	310.495
<b>Biezpiens(A07)</b>	100	<b>1.10</b>	<b>0.70</b>	12.47	13.8	2.21	182.92
<b>PIEDEVAS:</b>							
<b>Kartupeļi</b>	200	<b>0.70</b>	<b>0.45</b>	4.8	0.24	35.52	168.48
<b>Griķi</b>	200	<b>0.70</b>	<b>0.45</b>	10.08	2.64	49.68	262.8
<b>Rīsi</b>	200	<b>0.70</b>	<b>0.45</b>	4.55	3.65	46.41	236.69
<b>MĒRCES:</b>							
<b>Baltā mērce(A01,A07)</b>	50	<b>0.25</b>		0.775	2.555	3.715	40.955
<b>Krējums(A07)</b>	50	<b>0.25</b>		1.3	12.5	1.35	123.1
<b>SALĀTI:</b>							
<b>Biešu salāti(A03)</b>	100	<b>0.80</b>	<b>0.50</b>	1.385	5.087	9.5045	95.797
<b>Burkānu salāti(A03)</b>	100	<b>0.80</b>	<b>0.50</b>	1.66	13.495	8.296	164.879
<b>Kāpostu salāti</b>	100	<b>0.80</b>	<b>0.50</b>	1.61	5.095	7.711	78.099
<b>Dārzeņu salāti</b>	100	<b>0.80</b>	<b>0.50</b>	1.939	4.324	8.091	79.414
<b>Seleriju salāti(A09,A03,A07)</b>	100	<b>0.80</b>	<b>0.50</b>	1.4	9.51	5.89	115.23
<b>Redīsu salāti (A03)</b>	100	<b>0.80</b>	<b>0.50</b>	1.48	13.48	3.22	141.44
<b>SALDIE:</b>							
<b>Krēms ar ķīseli(A07)</b>	150	<b>1.00</b>		1.163	14.199	26.525	238.536
<b>Zemeņu zupa ar putukr. (A07)</b>	150	<b>1.00</b>		1.47	10.86	36.51	249.66
<b>Maizes zupa ar putukr. (A01,A07)</b>	150	<b>1.00</b>		3.0253	9.2	47.058	286.982
<b>Biezp.masa ar ķīseli(A07)</b>	150	<b>1.00</b>		7.16	7.35	24.706	193.604
<b>DZĒRIENI:</b>							
<b>Sula apelsīnu</b>	200	<b>0.50</b>		0	0	18	72
<b>Sula ābolu</b>	200	<b>0.50</b>		0	0	22	88
<b>Morss</b>	200	<b>0.35</b>		0.0023	0	17.64	70.79
<b>Kefīrs(A07)</b>	200	<b>0.50</b>		6	0.1	7.6	60
<b>Burkānu sula</b>	200	<b>1.30</b>		0	0	12	56
<b>MAIZE:</b>							
<b>Maize(A01)</b>	20	<b>0.05</b>		1.32	0.24	6.84	34.8
<b>Plātsmaize(A01,A07)</b>	120	<b>0.80</b>		3.134	14.508	41.8	310.308
<b>Smilšu mīklas cepumi(A01,A07,A03)</b>	10	<b>0.10</b>		0.7	0.74	2	47.6
<b>Cepumi Pērle (A01,A03,A07,A08,A05)</b>	30	<b>0.40</b>		2.1	7.2	15	132.6

## Ceturtdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	cena 1/2 (EUR)	Olb.v.	Tauki	Oglh.	
<b>1.-4.klase</b>							
Zirņu zupa (A07)	300			13.964	17.055	26.502	258.568
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
Auglis	100			1.3	0.1	7.2	39.7
<b>kopā:</b>				<b>25.086</b>	<b>21.225</b>	<b>92.385</b>	<b>611.038</b>
<b>5.-8.klase</b>							
<b>kopā:</b>				<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>KONDIKTOREJA:</b>							
Austiņas (A01,A03,A07)	50	<b>0.70</b>		2.23	6.91	21.99	179
Biezpiena apaļā bulciņa(A01,A03,A07)	75	<b>0.70</b>		5.46	7.31	34.99	248
Karameļu bulciņa(A01,A03,A07)	75	<b>0.70</b>		5.44	7.19	34.57	355
Karameļu pīnīte(A01,A03,A07)	75	<b>0.70</b>		3.35	13.49	27.98	270
Riekstu bulciņa (A01,A03,A07,A08,A05)	75	<b>0.70</b>		6.68	5.58	28.77	245
Magoņu bulciņa(A01,A03,A07)	75	<b>0.70</b>		4.07	7.43	29.87	212
Biezpiena stūrītis (A01,A03,A07)	75	<b>0.70</b>		5.16	10.19	51.06	328
Siera radziņš (A01,A03,A07)	75	<b>0.70</b>		5.03	10.39	51.14	246
Kanēļa bulciņa(A01,A03,A07)	75	<b>0.70</b>		24.48	5.063	35.09	202
Rožu bulciņa(A01,A03,A07)	75	<b>0.70</b>		3.8	4.51	32.09	189.83