

Otrdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Energija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	pusporc. (EUR) 60% no pilnas cenas	Olb.v.	Tauki	Ogh.	
ZUPAS:							
Vistas rīsu zupa (A07)	300	1.00	0.70	8.1	12.6	27	262
PAMATĒDIENI:							
Karbonāde (A03,A01)	90	1.60		16.395	11.285	10.405	211.845
Cūkgaļas kotlete ar sieru(A01,A03)	120	1.60		13.15	38.535	16.729	468.381
Cepta vista(A3,A10)	120	1.60		23.79	28.92	0.884	358.976
Vistas fileja ar rīsiem un ananasiem	300	2.00	1.20	17.79	6.75	33.77	269.67
Gulašs (A01)	120	1.60	0.95	10.684	35.473	9.639	404.239
PIEDEVAS:							
Kartupeļi	200	0.70	0.45	4.8	0.24	35.52	168.48
Griķi	200	0.70	0.45	7.12	1.2	58.08	275.2
Rīsi	200	0.70	0.45	6	2.4	60.08	283.2
MĒRCES:							
Baltā mērce(A01,A07)	50	0.20		0.775	2.555	3.715	40.955
Krējums(A07)	50	0.20		1.3	12.5	1.35	123.1
SALĀTI:							
Biešu salāti(A03)	100	0.80	0.50	1.25	2	9.46	66.95
Burkānu salāti(A03)	100	0.80	0.50	0.83	7.15	8.02	101.63
Kāpostu salāti	100	0.80	0.50	0.8	5.16	4.43	74.47
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	0.99	0.98	6.82	45.15
SALDIE:							
Krēms ar ķīseli(A07)	150	1.00		5.01	11.46	28.29	242.84
Zemeņu zupa ar putukr. (A07)	150	1.00		1.48	11.59	16.99	178.2
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:							
Morss	200	0.30		0.0023	0	17.64	70.79
Kefīrs(A07)	200	0.45		6	0.1	7.6	60
Sula apelsīnu	200	0.45		0	0	18	72
Sula ābolu	200	0.45		0	0	22	88
MAIZE:							
Maize(A01)	20	0.05		1.32	0.24	6.84	34.8
Skolas cepumi(A01,A07,A03)	10	0.05		0.7	0.74	2	47.6
Mafini (A01,A03,A07,A08,A05)	50	0.50		3.6	7.4	34	218

Otrdiena

Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	Porcijas			Uzturvielas (g)			Enerģija (kcal)
	svars (g) +/-10%	cena (EUR)	cena 1/2 (EUR)	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	
1. - 4. klase							
Vistas rīsu zupa (A07)	300/10			8.1	12.6	27	262
Kakao ķīselis ar pienu(A7)	100/100			4.9	3.9	15.5	117
Maize(A01)	50			2.8	0.6	20.4	112
Ābols	80			0.3	0.2	8	38
kopā:				16.1	17.3	70.9	529
5. - 8. klase							
kopā:				0	0	0	0
KONKATOREJA:							
Austiņas (A01,A03,A07)	50	0.60		2.23	6.91	21.99	179
Biezpiena apaļā bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.60		5.46	7.31	34.99	248
Karamelu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.60		5.44	7.19	34.57	355
Karamelu pīnīte(A01,A03,A07)	75	0.60		3.35	13.49	27.98	270
Riekstu bulciņa (A01,A03,A07,A08,A05)	75	0.60		6.68	5.58	28.77	245
Magoņu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.60		4.07	7.43	29.87	212
Biezpiena stūrītis (A01,A03,A07)	75	0.60		5.16	10.19	51.06	328
Siera radziņš (A01,A03,A07)	75	0.60		5.03	10.39	51.14	246
Kanēļa bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.60		24.48	5.063	35.09	202
Rožu bulciņa(A01,A03,A07)	75	0.60		3.8	4.51	32.09	189.83