



Ēdienkarte (15.04.2024. - 19.04.2024.)

Apstiprina

Iestādes vadītājs:

5-9 AZ - Iestāde 1

Pusdienas

Neparedzētu apstākļu dēļ ēdienkarte var tikt mainīta

Pirmdiena 15.04.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Boloņas mērce		40 / 60	10.31	13.01	1.90	165.91
Griķi vārīti.	*A07	230	9.44	4.73	50.51	282.34
Svaigu kāpostu salāti ar diļļu-eļļas mērci		70	0.80	4.29	3.66	56.49
Brokastu pārslas		30	2.16	0.18	23.91	105.90
Skolas piens	*A07	200	6.40	4.00	9.00	97.60
	KOPĀ:	630	29.11	26.21	88.98	708.24
Otrdiena 16.04.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Soļanka ar krējumu	*A06, A07	200 / 10	7.30	14.86	13.42	216.58
Rupjmaize.	*A01	30	1.86	0.39	13.89	66.51
Vārīti makaroni	*A01	200	7.33	0.60	49.42	232.38
Siera mērce V	*A07	70	3.95	7.34	2.52	91.93
Burkānu salāti ar āboliem un sēkliņām		70	1.84	6.03	8.02	93.72
	KOPĀ:	580	22.27	29.22	87.27	701.12
Trešdiena 17.04.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Mājas kotlete S	*A01, A03	60	7.95	10.41	9.54	163.61
Piena mērce	*A01, A07	100	3.65	4.66	10.97	100.43
Vārīti rīsi		220	5.86	0.84	42.97	202.83
Ķīnas kāpostu salāti ar tomātiem		70	0.88	4.17	2.01	49.09
Rupjmaize.	*A01	30	1.86	0.39	13.89	66.51
Ogu kokteilis	*A07	200	5.72	3.48	17.13	122.72
	KOPĀ:	680	25.91	23.94	96.51	705.18
Ceturtdiena 18.04.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Biešu zupa ar gaļu un krējumu	*A07	200 / 5	5.72	12.70	15.68	199.90
Rupjmaize.	*A01	30	1.86	0.39	13.89	66.51
Ciņiņi	*A07	60	6.78	10.08	3.12	130.32
Piena mērce	*A01, A07	70	2.56	3.26	7.68	70.30
Vārīti kartupeļi		230	4.32	0.46	35.58	163.72
Krāsaini salāti		70	0.81	6.23	3.81	74.60
	KOPĀ:	665	22.05	33.13	79.76	705.36
Piektdiena 19.04.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Mājas sautējums ar gaļu	*A01	300	21.96	24.65	32.48	439.57
Sakņu dārzeņu salāti ar eļļu	*A09	80	0.94	4.01	4.03	55.98
Rupjmaize.	*A01	40	2.48	0.52	18.52	88.68
Ogu uzpūtenis	*A01	70	1.20	0.11	15.53	67.86
Skolas piens	*A07	200	6.40	4.00	9.00	97.60
	KOPĀ:	690	32.97	33.28	79.56	749.69