

Ēdienkarte

Launags

No 29.04.2024

līdz

03.05.2024

Pirmdiena	Svars g (+/-)	Uzturvērtība, g			Enerģētiskā vērtība, kcal	Alerģēni
	10%)	Olbalt.	Tauki	Ogļh.		
Auzu pārslu biežputra ar ievārījumu	130/30	5,168	3,27	36,9	204,71	A01*A07*
Baltmaize ar sviestu un sieru	15/3/10	3,51	5,51	7,36	93,09	A01*A07*
Tēja ar cukuru	200	0,32	0,03	6,99	27,94	
Kopā:		9,00	8,81	51,25	325,74	
Otrdiena	Svars g (+/-)	Uzturvērtība, g			Enerģētiskā vērtība, kcal	Alerģēni
	10%)	Olbalt.	Tauki	Ogļh.		
Cepta desa ar makaroniem	150	10,86	17,43	32,11	328,8	A01*
Svaigais gurķis	20	0,12	0	0,52	2,56	
Kakao	150	3,03	2,19	10,18	72,57	A07*
Kopā:		14,01	19,62	42,81	403,93	
<i>Trešdiena</i>	Svars g (+/-)	Uzturvērtība, g			Enerģētiskā vērtība, kcal	Alerģēni
	10%)	Olbalt.	Tauki	Ogļh.		
Kopā:		0,00	0,00	0,00	0,00	
Ceturdiena	Svars g (+/-)	Uzturvērtība, g			Enerģētiskā vērtība, kcal	Alerģēni
	10%)	Olbalt.	Tauki	Ogļh.		
Persiku jogurts	120	4,69	3,12	32,4	176,5	*A07
Cepums 2 gb	25,0	1,92	3,67	17,6	112,75	A01*A03*A07*
Augļu kompots	200	0,75	0,06	30,2	124,34	
Kopā:		7,36	6,85	80,20	413,59	
Piektdiena	Svars g (+/-)	Uzturvērtība, g			Enerģētiskā vērtība, kcal	Alerģēni
	10%)	Olbalt.	Tauki	Ogļh.		
Mannā biežputra ar ievārījumu	150/25	2,182	3,151	13,181	89,811	A07*
Sieru karstmaizīte	30	0,79	1,23	24,71	75,6	A01*A07*
Tēja piparmētru	200	0,32	0,03	11,273	46,642	
Kopā:		3,29	4,41	49,16	212,05	
izmaiņas ēdienkartē iespējamās gadījumos, kad pasūtīto preču piegāde kavējas vai tiek neparedzētmainīta!						
Skolas medmāsa						
<i>Ēdnīcas vadītāja: Līga Rudzīte</i>						