

Ēdienkarte

Skolas direktore/s

PUSDIENAS 10.-12. kl.

02.09. – 03.09. 2021. g.

CETURTDIENA 02.09.

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
Pusdienas								
	*Dārzeņu assorti salāti ar eļļu	1	50					
	*Sautēta cūkgaļa <i>(Kvieši, krējums skābs)</i>	1	50/50					
	*Vārīti griķi <i>(Sviests)</i>	1	110					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Cepumi <i>(kvieši, olas)</i>	1	15					
	*Āboli	1	130					
				€1,42	27,37	29,24	108,10	809,15
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,84 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami						
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>								

PIEKTDIENA 03.09.

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
Pusdienas								
	*Salāti "Mozaika" ar eļļu	1	60					
	*Pupiņu zupa ar krējumu <i>(Krējums skābs)</i>	1	200/5					
	*Zivju kotlete "mājas gaumē" <i>(Heks, kvieši, olas)</i>	1	60					
	*Kartupeļu biezenis <i>(Piens, sviests)</i>	1	150					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
	*Kakao ar pienu un cukuru <i>(Piens)</i>	1	200					
				€1,42	28,13	32,84	102,77	819,60
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,88 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami						
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>								

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA: