

Ēdienkarte (launags)

Skolas direktore/s

PIRMDIENA 03.11.
(Slipā rakstā norādīti alergēni)

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Launags								
	*Rauga pankūkas ar krējumu (Kvieši, piens, olas, krējums skābs)	1	170/15					
	*Kakao ar pienu un cukuru (Piens)	1	200					
				€1,27	19,64	12,23	48,11	382,98
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,68 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 7,8 grami						

OTRDIENA 04.11.

Launags								
	*Biezpiena plācenīši ar ievārījumu (Biezpiens, kvieši, olas)	1	70/10					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€1,27	16,62	8,17	29,26	257,09
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,28 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami						

TREŠDIENA 05.11.

Launags								
	*Kartupeļu sacepums ar cūkgaļu, krējums (Krējums skābs)	1	100/15					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€1,27	10,62	11,30	26,01	248,26
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

CETURTDIENA 06.11.

Launags								
	*Auzu pārslas biezputra ar sviestu un ievārījumu (Piens, sviests)	1	200/5/20					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€1,27	8,66	7,41	25,62	203,85
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 8,0 grami						

PIEKTDIENA 07.11.

Launags								
	*Makaroni ar sieru (Kvieši, siers, sviests)	1	200/20					
	*Kakao ar pienu un cukuru (Piens)	1	200					
				€1,27	15,90	13,83	54,63	406,77
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

SESTDIENA 08.11.

	*Svaigie tomāti	1	40					
	*Kartupeļu pankūkas ar krējumu (Kvieši, olas, krējums skābais)	1	150/15					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€1,27	16,25	9,66	47,07	340,29

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS: