

Ēdienkarte LAUNAGS

Skolas direktore/s

27.10. – 31.10. 2025.

PIRMDIENA 27.10.
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Pica ar desu (Kvieši, krējums skābs, siers, olas)	1	100					
	Ābolu kompots	1	200					
				€1,27	7,74	11,06	41,48	301,13
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,3 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

OTRDIENA 28.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Rīsu 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 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 8,0 grami						

TREŠDIENA 29.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Kartupeļu zrazi ar cūkgaļu, krējums (Kvieši, olas, krējums skābs)	1	100/15					
	*Apelsīnu sulas dzēriens	1	200					
				€1,27	7,68	16,13	27,54	286,64
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

CETURTDIENA 30.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*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						

PIEKTDIENA 31.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Slinkās pankūkas ar biezpienu un krējumu (Kvieši, piens, biezpiens, olas, krējums)	1	150/10					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€1,27	16,72	16,23	59,36	456,61
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,6 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 9,2 grami						

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS: