

Ēdienkarte LAUNAGS

Skolas direktore/s

28.09. – 02.10. 2026.

PIRMDIENA 28.09.
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Makaroni ar sieru (Kvieši, siers, sviests)	1	200/20	€0,94				
	Ābolu kompots	1	200	€0,33				
				€1,27	12,78	10,98	55,40	371,52
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,3 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

OTRDIENA 29.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Rīsu biezputra ar sviestu un ievārījumu (Piens, sviests)	1	200/5/20	€1,15				
	*Tēja ar cukuru	1	200	€0,12				
				€1,27	8,66	7,41	25,62	203,85
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 8,0 grami						

TREŠDIENA 30.09.

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	€0,94				
	*Apelsīnu sulas dzēriens	1	200	€0,33				
				€1,27	7,68	16,13	27,54	286,64
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

CETURTDIENA 01.10.

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	€1,15				
	*Tēja ar cukuru	1	200	€0,12				
				€1,27	16,72	16,23	59,36	456,61
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

PIEKTDIENA 02.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Pica ar desu (Kvieši, krējums skābs, siers, olas)	1	100	€1,15				
	*Kark adē dzēriens ar cukuru	1	200	€0,12				
				€1,27	7,89	11,09	34,54	274,30
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,6 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 9,2 grami						

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"