

Ēdienkarte

LAUNAGS

Skolas direktore/s

05.12.– 09.12.2022.

PIRMDIENA 05.12.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Launags								
	*Prosas biezputra ar sviestu (Piens, sviests)	1	200/5					
	*Cepumi (Kvieši, olas)	1	15					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€1,08	9,03	12,38	58,99	379,54
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami (Slīpā rakstā norādīti alergēni)	PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami						

OTRDIENA 06.12.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Launags								
	*Makaroni ar sieru (Kvieši, siers, sviests)	1	200/20					
	*Kakao ar pienu un cukuru (Piens)	1	200					
				€1,08	15,90	13,83	63,63	446,77
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami (Slīpā rakstā norādīti alergēni)	PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami						

TREŠDIENA 07.12.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Launags								
	*Slinkie kāpostu tīteņi ar krējuma mērci (Olas, kvieši, krējums skābs)	1	50/50					
	*Kartupeļu biezenis (Piens, sviests)	1	100					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€1,08	10,23	12,35	38,07	304,37
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami (Slīpā rakstā norādīti alergēni)	PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami						

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	sk.	Gat.svsv.	Porc.cen.	n	Ol	balt.	ltu	Tauk	Ogl	hidrāti	drāti	Kalorijas
Launags														
	*Burkānu salāti ar eļļu	1		40										
	*Vistas kotlete (Kvieši, olas)	1		50										
	*Karkadē dzēriens	1		200										
	*Rupjmaize (Rudzi)	1		25										
					€1,08	13,02	15,33	48,07	382,15					
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,38 grami				PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami									
(Slipā rakstā norādīti alergēni)														

PIEKTDIENA 09.12.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums <i>(Alerģēni)</i>	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
Launags								
	*Kartupeļu zrazi ar cūkgaļu, krējums <i>(Kvieši,olas, krējums skābs)</i>	1	100/15					
	*Ābolu sulas dzēriens	1	200					
				€1,08	7,68	16,13	37,54	326,64
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami						
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>								

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA: MEDMĀSA: