

**Ēdienkarte**

Skolas direktore/s

**PUSDIENAS 5.-9. kl.**

11.04. – 14.04. 2023. g.

**OTRDIENA 11.04.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Balto redīsu salāti ar krējumu ( <i>Krējums skābs</i> )	1	50					
	*Cūkgājas tefteli ar mērci ( <i>Kvieši</i> )	1	60/50					
	*Vārīti rīsi ( <i>Sviests</i> )	1	100					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Rupjmaize ( <i>Rudzi</i> )	1	25					
	*Putu krējums ar kukurūzas pārslām ( <i>Piena olbalt.,zemesrieksti</i> )	1	40/5					
	*Āboli		200					
				<b>€2,15</b>	<b>20,22</b>	<b>29,93</b>	<b>114,92</b>	<b>812,28</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,04 grami ( <i>Slīpā rakstā norādīti alergēni</i> )	PIEVIENOTAIS CUKURS 16,5 grami						

**TREŠDIENA 12.04.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Biešu zupa ar krējumu ( <i>Krējums skābs</i> )	1	200/5					
	*Skābētu kāpostu salāti ar eļļu	1	50					
	*Mājas sautējums ar cūkgāju	1	50/120					
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Rupjmaize ( <i>Rudzi</i> )	1	25					
	*Bumbieri		100					
				<b>€2,15</b>	<b>25,28</b>	<b>28,80</b>	<b>94,87</b>	<b>740,16</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,48 grami ( <i>Slīpā rakstā norādīti alergēni</i> )	PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami						

**CETURTDIENA 13.04.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Salāti burkānu ar eļļu ( <i>Alerģēni</i> )	1	60					
	*Vistas sitenis ( <i>Kvieši, olas</i> )	1	60					
	*Kartupeļu biezenis ( <i>Piens, sviests</i> )	1	140					
	*Kāfijas dzēriens ar pienu un cukuru ( <i>Piens</i> )	1	200					
	*Rupjmaize ( <i>Rudzi</i> )	1	25					
	*Cepumi ar saldu biezpienu ( <i>Kvieši, olas, biezpiens, krējums skābs</i> )	1	10/15					
				<b>€2,15</b>	<b>27,46</b>	<b>28,74</b>	<b>89,46</b>	<b>726,14</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,04 grami ( <i>Slīpā rakstā norādīti alergēni</i> )	PIEVIENOTAIS CUKURS 20,0 grami						

**Ēdienkarte****PUSDIENAS 5.-9. kl.**

11.04. – 14.04. 2023. g.

**PIEKTDIENA 14.04.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģeni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Oglhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Soļanka "skolas" ar krējumu <i>(Krējums skābs)</i>	1	250/20					
	*Slinkās pankūkas ar biezpienu un ievārījumu <i>(Kvieši, piens, biezpiens, olas)</i>	1	80/15					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				<b>€2,15</b>	<b>27,72</b>	<b>35,52</b>	<b>92,14</b>	<b>802,31</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,32 grami <i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>	PIEVIENOTAIS CUKURS 18,5 grami						

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2