

**Ēdienkarte LAUNAGS**

Skolas direktore/s

19.02. – 23.02.2024.

**PIRMDIENA 19.02.***(Slīpā rakstā norādīti alergēni)*

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

**OTRDIENA 20.02.**

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Makaroni ar sieru <i>(Kvieši, siers, sviests)</i>	1	200/20					
	*Ābolu kompots	1	200					
				<b>€1,27</b>	<b>12,78</b>	<b>10,98</b>	<b>54,40</b>	<b>371,52</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

**TREŠDIENA 21.02.**

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Prosas biezputra ar sviestu un ievārījumu <i>(Piens, sviests)</i>	1	200/5/20					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				<b>€1,27</b>	<b>6,93</b>	<b>7,41</b>	<b>23,97</b>	<b>190,34</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 8,0 grami						

**CETURTDIENA 22.02.**

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	40					
	*Vistas kotlete <i>(Kvieši, olas)</i>	1	50					
	*Karkadē dzēriens	1	200					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
				<b>€1,27</b>	<b>13,02</b>	<b>15,33</b>	<b>38,07</b>	<b>342,15</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,36 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

**PIEKTDIENA 23.02.**

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

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

TEHNOLOGS:

MEDMĀSA: