

Ēdienkarte

Skolas direktore/s

PUSDIENAS 10.-12. kl.

02.04. – 05.04. 2024. g.

OTRDIENA 02.04.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Skābētu kāpostu salāti ar eļļu	1	60					
	*Gulašs cūkgaļas (Kvieši)	1	50/50					
	*Vārīti rīsi (Sviests)	1	140					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Cepumi (Kvieši,olas)	1	10					
	*Āboli	1	150					
				€2,53	24,37	29,33	109,43	801,13
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,96 grami (Slīpā rakstā norādīti alergēni)			PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami				

TREŠDIENA 03.04.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Svaigu kāpostu salāti ar krējumu (Krējums skābs)	1	50					
	*Borščs ar krējumu (Krējums skābs)	1	200/15					
	*Vistas kotlete (Kvieši, olas)	1	70					
	*Kartupeļu biezenis (Piens, sviests)	1	150					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Bumbieri		100					
				€2,53	28,04	32,65	98,14	800,03
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,88 grami (Slīpā rakstā norādīti alergēni)			PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami				

CETURTDIENA 04.04.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Balto redīsu salāti ar krējumu (Krējums skābs)	1	50					
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu (Kvieši)	1	140/60					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Šokolādes krēms (Krējums skābs)	1	50					
	*Kāfijas dzēriens ar pienu un cukuru	1	200					
				€2,53	29,28	37,91	90,37	819,49
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,0 grami (Slīpā rakstā norādīti alergēni)			PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami				

Ēdienkarte**PUSDIENAS 10.-12. kl.**

02.04. – 05.04. 2024. g.

PIEKTDIENA 05.04.

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
Pusdienas								
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	50					
	*Vistas gaļas sitenis <i>(Kvieši, olas)</i>	1	70					
	*Kartupeļu biezenis <i>(Sviests, piens)</i>	1	150					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
	*Kakao ar pienu un cukuru <i>(Piens)</i>	1	200					
	*Āboli		120					
	*Skolas maizīte <i>(Kvieši, olas)</i>	1	50					
				€2,53	29,91	32,07	104,16	816,57
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,04 gramī	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 gramī						
	<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2