

Ēdienkarte

Skolas direktore/s

PUSDIENAS 1.-4. kl.

29.04. – 03.05. 2024. g.

PIRMDIENA 29.04.

<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								
	*Skābētu kāpostu salāti ar eļļu	1	50					
	*Gulašs cūkgaļas <i>(Kvieši)</i>	1	50/50					
	*Vārīti rīsi <i>(sviests)</i>	1	120					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Cepumi <i>(Kvieši, olas)</i>	1	10					
	*Bumbieri	1	120					
				€2,53	23,18	27,22	94,63	716,95
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,88 grami <i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>	PIEVIENOTAIS CUKURS 7,5 grami						

OTRDIENA 30.04.

<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>
Pusdienas								
	*Borščs ar krējumu <i>(Krējums skābs)</i>	1	200/5					
	*Svaig. kāpostu salāti ar krējumu <i>(Krējums skābs)</i>	1	50					
	*Vistas kotlete <i>(Kvieši, olas)</i>	1	50					
	*Kartupeļu biezenis <i>(Piens, sviests)</i>	1	150					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Mandarīni		150					
				€2,53	21,22	26,09	83,74	659,56
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,80 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

Ēdienkarte

PUSDIENAS 1.-4. kl.

29.04. – 03.05. 2024. g.

CETURTDIENA 02.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	50					
	*Vistas gaļas sitenis (Olas, kvieši)	1	70					
	*Kartupeļu biezenis (Sviests, piens)	1	150					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Kakao ar pienu un cukuru (Piens)	1	200					
	*Sviestmaize ar ievārijumu (Kvieši, sviests)	1	20/3/15					
				€2,53	27,47	28,89	82,76	700,86
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,08 grami (Slīpā rakstā norādīti alergēni)	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

PIEKTDIENA 03.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Kartupeļu zupa ar sēnēm un krējumu (Krējums skābs)	1	200/5					
	*Biešu salāti ar eļļu	1	50					
	*Kotlete "Jaunība" (cūkgaļas) (Olas, siers, kvieši)	1	60					
	*Vārti makaroni (Kvieši, sviests)	1	120					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Tējas dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Bumbieri		130					
				€2,53	26,07	26,15	91,40	708,96
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,72 grami (Slīpā rakstā norādīti alergēni)	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2