

SIA "MEŽVIDI"

**Papildus izvēle pie kompleksajām
pusdienām**

5.-12 kl.

29.04. – 03.05. 2024.

PIRMDIENA 29.04.

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

| <u>Ēdienr.</u> | <u>Ēdiena nosaukums</u> | <u>P.sk.</u> | <u>Gat.sv.</u> | <u>Porc.cen.</u> | <u>Olbalt.</u> | <u>Tauki</u> | <u>Ogļhidrāti</u> | <u>Kalorijas</u> |
|------------------|---------------------------------|--------------|----------------|------------------|----------------|--------------|-------------------|------------------|
| Pusdienas | | | | | | | | |
| | *Cepta vista (Krējums skābs) | 1 | 70 | | | | | |
| | *Vārīti griķi (Sviests) | 1 | 130 | | | | | |
| | *Vafeles (Kvieši, olas) | 1 | 14 | | | | | |

OTRDIENA 30.04.

| <u>Ēdienr.</u> | <u>Ēdiena nosaukums</u> | <u>P.sk.</u> | <u>Gat.sv.</u> | <u>Porc.cen.</u> | <u>Olbalt.</u> | <u>Tauki</u> | <u>Ogļhidrāti</u> | <u>Kalorijas</u> |
|----------------|---------------------------------------------|--------------|----------------|------------------|----------------|--------------|-------------------|------------------|
| | *Skābeņu zupa ar krējumu (Krējums skābs) | 1 | 250/5 | | | | | |
| | *Vārīti cīsiņi | 1 | 70 | | | | | |
| | *Vārīti makaroni (Kvieši, sviests) | 1 | 140 | | | | | |

CETURTDIENA 02.05.

| <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> |
|----------------|---------------------------------------|--------------|----------------|------------------|------------------|--------------|-------------------|------------------|
| | *Plovs cūkgaļas | 1 | 50/140 | | | | | |
| | *Vārīti makaroni (Kvieši, sviests) | 1 | 140 | | | | | |
| | *Vafeles (Kvieši, olas) | 1 | 28 | | | | | |

PIEKTDIENA 03.05.

| <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> |
|----------------|----------------------------------------------------|--------------|----------------|------------------|------------------|--------------|-------------------|------------------|
| | *Svaigu kāpostu zupa ar krējumu (Krējums skābs) | 1 | 250/5 | | | | | |
| | *Makaroni ar sieru (Kvieši, siers, sviests) | 1 | 200/30 | | | | | |
| | *Kartupeļu vārīti (Sviests) | 1 | 150 | | | | | |

Ēdnīcas vadītāja:

Tehnologs:

Medmāsa: