



Ēdienkarte (06.05.2024. - 10.05.2024.)

Apstiprina

Iestādes vadītājs:

1-4 kl. C - Iestāde 1

Launags

Neparedzētu apstākļu dēļ ēdienkarte var tikt mainīta

Otrdiena 07.05.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Vārīta ola.	*A03	50	4.35	4.75	0.20	60.95
Krējums ar zaļumiem	*A07	20	0.50	3.80	0.48	38.08
Sviestmaize ar tomātu.	*A01, A07	30 / 5 / 30	2.08	4.34	16.79	114.54
Tējas dzēriens ar citronu		200	0.18	0.03	4.14	17.55
	KOPĀ:	335	7.10	12.92	21.61	231.12
Trešdiena 08.05.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Piena zupa ar nūdelēm	*A01, A07	200	5.63	4.43	17.15	131.02
Maize ar siera-dārzeņu masu	*A01, A07	30	2.65	2.73	7.28	64.32
Cepumi	*A01	20	1.40	3.30	8.28	68.42
Sezonas augļi		50	0.10		4.90	20.00
	KOPĀ:	300	9.79	10.46	37.61	283.76
Ceturtdiena 09.05.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Biezpiena plācenīši	*A01, A03, A07	70	9.52	4.50	11.75	125.55
Krējums ar cukuru	*A07	15	0.27	2.14	3.67	35.02
Karkadē tējas dzēriens		200			4.06	16.32
Sezonas augļi		50	0.10		4.90	20.00
	KOPĀ:	335	9.89	6.65	24.37	196.90
Piektdiena 10.05.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Rīvētu kartupeļu pankūkas.	*A01, A03	100	2.80	3.90	20.67	129.00
Krējums	*A07	20	0.50	4.00	0.46	39.84
Tomāti		30	0.15		1.08	4.92
Kakao ar pienu.	*A07	150	3.03	2.19	7.19	60.60
	KOPĀ:	300	6.48	10.09	29.41	234.36