

Ēdienkarte

Skolas direktore/s

PUSDIENAS 10.-12. kl.

11.04. – 14.04. 2023. g.

OTRDIENA 11.04.

<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								
	*Balto redīsu salāti ar krējumu <i>(Krējums skābs)</i>	1	50					
	*Cūkgaļas tefteli ar mērci <i>(Kvieši)</i>	1	60/50					
	*Vārīti rīsi <i>(Sviests)</i>	1	100					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
	*Putu krējums ar kukurūzas pārslām <i>(Piens olbalt.,zemesrieksti)</i>	1	40/5					
	*Āboli		200					
				€2,15	20,22	29,93	114,92	812,28
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,04 grami <i>(Slipā rakstā norādīti alergēni)</i>	PIEVIENOTAIS CUKURS 16,5 grami						

TREŠDIENA 12.04.

<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								
	*Biešu zupa ar krējumu <i>(Krējums skābs)</i>	1	200/5					
	*Skābētu kāpostu salāti ar eļļu	1	70					
	*Mājas sautējums ar cūkgaļu	1	50/130					
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	40					
				€2,15	26,89	33,33	98,70	801,89
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,52 grami <i>(Slipā rakstā norādīti alergēni)</i>	PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami						

CETURTDIENA 13.04.

<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								
	*Salāti burkānu ar eļļu	1	60					
	*Vistas sitenis <i>(Kvieši, olas)</i>	1	60					
	*Kartupeļu biezenis <i>(Piens, sviests)</i>	1	140					
	*Kāfijas dzēriens ar pienu un cukuru <i>(Piens)</i>	1	200					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
	Smalkmaizīte ar biezpienu <i>(Kvieši, biezpiens, olas)</i>	1	50					
				€2,15	33,10	31,59	101,59	822,67
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,04 grami <i>(Slipā rakstā norādīti alergēni)</i>	PIEVIENOTAIS CUKURS 20,0 grami						

Ēdienkarte**PUSDIENAS 10.-12. kl.**

11.04. – 14.04. 2023. g.

PIEKTDIENA 14.04.

<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								
	*Soļanka "skolas" ar krējumu (<i>Krējums skābs</i>)	1	250/20					
	*Slinkās pankūkas ar biezpienu un ievārījumu (<i>Kvieši, piens, biezpiens, olas</i>)	1	80/15					
	*Rupjmaize (<i>Rudzi</i>)	1	25					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€2,15	27,72	35,52	92,14	802,31
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,32 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 18,5 grami						
<i>(Slipā rakstā norādīti alergēni)</i>								

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2