

## Ēdienkarte

Skolas direktore

## PUSDIENAS 5.-9. kl.

27.05. – 31.05. 2024. g.

## PIRMDIENA 27.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
<b>Pusdienas</b>								
	*Skābētu kāpostu salāti ar eļļu	1	50					
	*Gulašs cūkgaļas (Kvieši)	1	50/50					
	*Vārīti rīsi (sviests)	1	120					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Cepumi (Kvieši,olas)	1	10					
	*Bumbieri	1	120					
				<b>€2,15</b>	<b>23,18</b>	<b>27,22</b>	<b>94,63</b>	<b>716,95</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,88 grami (Slīpā rakstā norādīti alerģēni)	PIEVIENOTAIS CUKURS 7,5 grami						

## OTRDIENA 28.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
<b>Pusdienas</b>								
	*Borščs ar krējumu (Krējums skābs)	1	200/5					
	*Svaig. kāpostu salāti ar krējumu (Krējums skābs)	1	50					
	*Vistas kotlete (Kvieši, olas)	1	60					
	*Kartupeļu biezenis (Piens, sviests)	1	150					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Āboli		150					
				<b>€2,15</b>	<b>25,20</b>	<b>28,02</b>	<b>96,17</b>	<b>739,78</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,84 grami (Slīpā rakstā norādīti alerģēni)	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

## TREŠDIENA 29.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
<b>Pusdienas</b>								
	*Salāti "Dārzeņu assorti" ar eļļu	1	50					
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu (Kvieši)	1	140/60					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Šokolādes krēms (Krējums skābs)	1	50					
	*Ābolu kompots	1	200					
				<b>€2,15</b>	<b>26,68</b>	<b>35,06</b>	<b>91,14</b>	<b>786,50</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,0 grami (Slīpā rakstā norādīti alerģēni)	PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami						

## Ēdienkarte

## PUSDIENAS 5.-9. kl.

27.05. – 31.05. 2024. g.

## CETURTDIENA 30.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
<b>Pusdienas</b>								
	*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 ievārījumu (Kvieši, sviests)	1	20/3/15					
				<b>€2,15</b>	<b>27,47</b>	<b>28,89</b>	<b>82,76</b>	<b>700,86</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,08 grami (Slīpā rakstā norādīti alerģēni)		PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami					

## PIEKTDIENA 31.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
<b>Pusdienas</b>								
	*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					
	*Vārīti makaroni (Kvieši, sviests)	1	120					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Tējas dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Bumbieri		130					
				<b>€2,15</b>	<b>26,07</b>	<b>26,15</b>	<b>91,40</b>	<b>708,96</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,72 grami (Slīpā rakstā norādīti alerģēni)		PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami					

"Skolas piens" 500 ml. nedēļā

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2