

Ēdienkarte
LAUNAGS

Skolas direktore/s

20.03.– 24.03.2023.

PIRMDIENA 20.03.

<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>
Launags								
	*Rauga pankūkas ar krējumu <i>(Kvieši, piens, olas, krējums skābs)</i>	1	170/15					
	*Kakao ar pienu un cukuru <i>(Piens)</i>	1	200					
				€1,08	19,64	12,23	58,11	422,98
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,68 grami <i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>	PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami						

OTRDIENA 21.03.

<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>
Launags								
	*Makaroni ar sieru <i>(Kvieši, siers, sviests)</i>	1	200/20					
	*Ābolu kompots	1	200					
				€1,08	12,78	10,98	64,40	411,52
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami <i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>	PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami						

TREŠDIENA 22.03.

<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>
Launags								
	*Prosas biezputra ar sviestu un ievārījumu <i>(Piens, sviests)</i>	1	200/5/20					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€1,08	6,93	7,41	33,97	230,34
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami <i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>	PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami						

LAUNAGS

CETURTDIENA 23.03.

Ēdienr. Ēdiena nosaukums P.sk.sk. Gat.svsv. Porc.cen. Ol balt. l Tauk Og l hidrāti d rāti Kalorijas

Launags

*Burkānu salāti ar eļļu	1	40							
*Vistas kotlete (Kvieši, olas)	1	50							
*Karkadē dzēriens	1	200							
*Rupjmaize (Rudzi)	1	25							

€1,08 13,02 15,33 48,07 382,15

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,38 grami
(Slipā rakstā norādīti alergēni)

PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami

PIEKTDIENA 24.03.

Ēdienr. Ēdiena nosaukums P.sk. Gat.sv. Porc.cen. Ol baltumi Tauki Og l hidrāti Kalorijas
(Alerģēni)

Launags

*Kartupeļu zrazi ar cūkgaļu, krējums (Kvieši, olas, krējums skābs)	1	100/15							
*Ābolu sulas dzēriens	1	200							

€1,08 7,68 16,13 37,54 326,64

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami
(Slipā rakstā norādīti alergēni)

PIEVIENOTAIS CUKURS 15,0 grami

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2