KOMPLEKSĀ ĒDIENKARTE no 29.aprīļa.- 3. maijam 5.-9. KLASE 2,13

Ēdiena nosaukums	Daudzums	Olb.viela	Ogļhidr.	Tauki	Kcal	Alergēni
Pirmdiena, 29.aprīlis						
Makaroni ar vistas gaļu un dārzeņi	250	19,8	60	20,6	518	kvieši
Zaļumu mērce	50	1,3	0	10	102	krējums
Apelsīnu morss	200	0,16	13,6	0	56,2	
Kārumsieriņš		3,5	13,7	6,7	129,4	piens
Rupjmaize	50	3,6	19,9	0,6	100	rudzi
	Kopā:	**28,36**	**107,2**	**37,9**	**905,6**	
Otrdiena, 30. aprīlis						
Skābeņu zupa	500	14,23	36,7	22	416,4	olas, krējums
Dzērveņu krēms	50	1,1	16,3	12,3	186	piens
Ogu ķīselis	100	0,1	16,4	0	67	
Rupjmaize	50	3,6	19,9	0,6	100	rudzi
	Kopā:	**19,03**	**89,3**	**34,9**	**769,4**	
Trešdiena, 1. maijs						
	Kopā:	**0**	**0**	**0**	**0**	
Ceturtdiena, 2. maijs						
Kartupeļu biezputra	200	3,8	31,7	3,6	178	piens, sviests
Cūkgaļas gulašs	50/75	11,2	5,8	18	236	krējums, kvieši
Skābo kāpostu salāti	50	1,18	4,5	2	38,5	
Ogu kompots	200	0,16	13,6	0	56,2	
Rupjmaize	50	3,6	19,9	0,6	100	rudzi
	Kopā:	**19,94**	**75,5**	**24,2**	**608,7**	
Piektdiena, 3. maijs						
Dārzāju sautējums ar gaļu	250	13,9	27,9	35,8	501	krējums
Uzpūtenis ar pienu	100/100	4,3	30,2	2,1	159,1	kvieši, piens
Rupjmaize	50	3,6	19,9	0,6	100	rudzi
	Kopā:	**21,8**	**78**	**38,5**	**760,1**	

Ēdnīcas vadītāja: Ilze Deičmane

Skolas māsiņa : Aija Rudzīte Krieva