

KOMPLEKSĀ ĒDIENKARTE no 13. - 17. maijam 1.-4. KLASE 2,13

Ēdiena nosaukums	audzums	lb.viela	Ogļhidr.	Tauki	Kcal	Alerģēni
Pirmdiena, 13. maijs						
Makaroni ar malto gaļu	250	19,8	60	20,6	518	kvieši
Biešu salāti	50	0,45	8,9	0	38,5	
Apelsīnu morss	200	0,16	13,6	0	56,2	
Kārumsieriņš		3,5	13,7	6,7	129,4	piens
	Kopā:	23,91	96,2	27,3	742,1	
Otrdiena, 14. maijs						
Harčo ar vistas gaļu	350	6,67	32,61	4,85	204,89	
Biezpiena krēms	60	3,58	21,97	11,24	206,3	piens
Rabarberu ķīselis	100	0,1	16,4	0	67	
Rupjmaize	50	3,6	19,9	0,6	100	rudzi
	Kopā:	13,95	90,88	16,69	578,19	
Trešdiena, 15. maijs						
Vārīti kartupeļi	200	3,4	35,6	0	160	
Kurzemes strogonovs	150	11,6	5,2	19,3	250	kvieši, krējums
Burkānu salāti	50	0,6	5,2	1	33,8	
Ogu kompots	200	0,16	13,6	0	56,2	
	Kopā:	15,76	59,6	20,3	500	
Ceturtdiena, 16. maijs						
Borščs ar skābiem kāpostiem	350	11,2	24,5	15,4	288,5	krējums
Ogu ķīselis	100	0,1	16,4	0	67	
Piena ķīselis	150	4,1	27,4	2,7	151,8	piens
Rupjmaize	50	3,6	19,9	0,6	100	rudzi
	Kopā:	19	88,2	18,7	607,3	
Piektdiena, 17. maijs						
Viltotie kāpostu tīteņi	300	13,9	27,9	35,8	501	
Zaļumu mērce	50	1,3	0	10	102	krējums
Biezais ķīselis ar pienu	150/100	3,6	54,1	2,18	255,6	piens
Rupjmaize	50	3,6	19,9	0,6	100	rudzi
	Kopā:	22,4	101,9	48,58	958,6	

Ēdnīcas vadītāja: Ilze Deičmane
 Skolas māsiņa: Aija Rudzīte Krieva

