

**Ēdienkarte**

Skolas direktore

**LAUNAGS**

03.02. – 07.02. 2025. g.

**PIRMDIENA 03.02.***(Slīpā rakstā norādīti alergēni)*

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	40					
	*Vistas kotlete <i>(Kvieši, olas)</i>	1	50					
	*Karkadē dzēriens	1	200					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
				<b>€1,27</b>	<b>13,02</b>	<b>15,33</b>	<b>38,07</b>	<b>342,15</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,36 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

**OTRDIENA 04.02.**

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Kartupeļu sacepums ar cūkgaļu, krējums <i>(Krējums skābs)</i>	1	100/15					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				<b>€1,27</b>	<b>10,62</b>	<b>11,30</b>	<b>26,01</b>	<b>248,26</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

**TREŠDIENA 05.02.**

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Biezpiena plācenīši ar krējumu <i>(Biezpiens, kvieši, olas, krējums)</i>	1	70/10					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				<b>€1,27</b>	<b>16,62</b>	<b>8,17</b>	<b>29,26</b>	<b>257,09</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,28 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami						

**CETURTDIENA 06.02.**

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Makaroni ar sieru <i>(Kvieši, siers, sviests)</i>	1	200/20					
	*Ābolu kompots	1	200					
				<b>€1,27</b>	<b>12,78</b>	<b>10,98</b>	<b>55,40</b>	<b>371,52</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

**PIEKTDIENA 07.02.**

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Svaigie tomāti	1	40					
	*Kartupeļu pankūkas ar krējumu <i>(Kvieši, olas, krējums skābais)</i>	1	150/15					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				<b>€1,27</b>	<b>16,25</b>	<b>9,66</b>	<b>47,07</b>	<b>340,29</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,6 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						



