SIA "MEŽVIDI"

SASKAŅOTS

Skolas direktore

Ēdienkarte

LAUNAGS

03.03. – 07.03. 2025. g.

PIRMDIENA 03.03.

(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	1	50					
	(Kvieši, olas)							
	*Karkadē dzēriens							
	*Rupjmaize	1	200					
	(Rudzi)	1	25					
				€1,27	**13,02**	**15,33**	**38,07**	**342,15**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,36 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

OTRDIENA 04.03.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Kartupeļu sacepums ar cūkgaļu, krējums	1	100/15					
	(Krējums skābs)							
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€1,27	**10,62**	**11,30**	**26,01**	**248,26**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

TREŠDIENA 05.03.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Biezpiena plācenīši ar krējumu	1	70/10					
	(Biezpiens, kvieši, olas, krējums)							
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€1,27	**16,62**	**8,17**	**29,26**	**257,09**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,28 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami

CETURTDIENA 06.03.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Makaroni ar sieru	1	200/20					
	(Kvieši, siers, sviests)							
	*Ābolu kompots	1	200					
				€1,27	**12,78**	**10,98**	**55,40**	**371,52**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

PIEKTDIENA 07.03.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Svaigie tomāti	1	40					
	*Kartupeļu pankūkas ar krējumu	1	150/15					
	(Kvieši,olas, krējums skābais)							
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€1,27	**16,25**	**9,66**	**47,07**	**340,29**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,6 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA: TEHNOLOGS: MEDMĀSA: