

**Ēdienkarte**

Skolas direktore/s

**PUSDIENAS 5.-9. kl.**

03.09. – 06.09. 2024. g.

**OTRDIENA 03.09.**

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
<b>Pusdienas</b>								
	*Biešu zupa ar krējumu ( <i>Krējums skābs</i> )	1	200/5					
	*Ķīnas kāpostu-gurķu salāti ar eļļu	1	50					
	*Mājas sautējums ar cūkgaļu	1	50/120					
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Rupjmaize ( <i>Rudzi</i> )	1	25					
	*Bumbieri		130					
				<b>€2,53</b>	<b>26,67</b>	<b>27,33</b>	<b>93,05</b>	<b>725,38</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,68 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>								

**TREŠDIENA 04.09.**

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
<b>Pusdienas</b>								
	*Sv. kāpostu salāti ar eļļu	1	60					
	*Cūkgaļas kotlete ar biezpienu ( <i>Biezpiens, kvieši, piens</i> )	1	60					
	*Vārīti makaroni ( <i>Kvieši, sviests</i> )	1	120					
	*Rupjmaize ( <i>Rudzi</i> )	1	25					
	*Kakao ar pienu un cukuru ( <i>Piens</i> )	1	200					
	*Banāni ar zemeņu mērci	1	60/30					
				<b>€2,53</b>	<b>24,50</b>	<b>25,98</b>	<b>91,39</b>	<b>701,35</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,96 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami						

## Ēdienkarte

## PUSDIENAS 5.-9. kl.

03.09. – 06.09. 2024. g.

## CETURTDIENA 05.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
<b>Pusdienas</b>								
	*Kartupeļu zupa ar cūkgaļas frikadelēm un krējumu (Krējums skābs, olas)	1	200/15/5					
	*Burkānu salāti ar krējumu (Krējums skābs)	1	50					
	*Vistas frikase (Krējums skābs)	1	60/20					
	*Vārīti rīsi (Sviests)	1	120					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Kafijas dzēriens ar pienu un cukuru (Piens)	1	200					
				<b>€2,53</b>	<b>27,98</b>	<b>25,36</b>	<b>101,74</b>	<b>746,79</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,86 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

## PIEKTDIENA 06.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
<b>Pusdienas</b>								
	*Biešu salāti ar eļļu	1	60					
	*Cūk gaļas kotlete (Kvieši, olas)	1	50					
	*Kartupeļi vārīti (Sviests)	1	160					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Biezpiena sieriņš "Mazulis" (Piena olbaltumvielas)	1	40					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Bumbieri		100					
				<b>€2,53</b>	<b>22,47</b>	<b>28,99</b>	<b>85,65</b>	<b>700,26</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,04 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)								

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2.