

**Ēdienkarte LAUNAGS**

Skolas direktore/s

04.11. – 08.11.2024.

**PIRMDIENA 04.11.***(Slīpā rakstā norādīti alergēni)*

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
	*Pica ar desu <i>(Kvieši, krējums skābs, siers, olas)</i>	1	100					
	Ābolu kompots	1	200					
				<b>€1,27</b>	<b>7,74</b>	<b>11,06</b>	<b>41,48</b>	<b>301,13</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,3 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

**OTRDIENA 05.11.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
	*Rīsu biezputra ar sviestu un ievārījumu <i>(Piens, sviests)</i>	1	200/5/20					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				<b>€1,27</b>	<b>8,66</b>	<b>7,41</b>	<b>25,62</b>	<b>203,85</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 8,0 grami						

**TREŠDIENA 06.11.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
	*Kartupeļu zrazi ar cūkgaļu, krējums <i>(Kvieši, olas, krējums skābs)</i>	1	100/15					
	*Apelsīnu sulas dzēriens	1	200					
				<b>€1,27</b>	<b>7,68</b>	<b>16,13</b>	<b>27,54</b>	<b>286,64</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

**CETURTDIENA 07.11.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
	*Makaroni ar sieru <i>(Kvieši, siers, sviests)</i>	1	200/20					
	*Kakao ar pienu un cukuru <i>(Piens)</i>	1	200					
				<b>€1,27</b>	<b>15,90</b>	<b>13,83</b>	<b>54,63</b>	<b>406,77</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

**PIEKTDIENA 08.11.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
	*Slinkās pankūkas ar biezpienu un krējumu <i>(Kvieši, piens, biezpiens, olas, krējums)</i>	1	150/10					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				<b>€1,27</b>	<b>16,72</b>	<b>16,23</b>	<b>59,36</b>	<b>456,61</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,6 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 9,2 grami						

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"