

Ēdienkarte LAUNAGS

Skolas direktore/s

13.01. – 17.01.2025.

PIRMDIENA 13.01.*(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					
				€1,27	7,74	11,06	41,48	301,13
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,3 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

OTRDIENA 14.01.

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alergēni)</i>	<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					
				€1,27	8,66	7,41	25,62	203,85
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 8,0 grami						

TREŠDIENA 15.01.

<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					
				€1,27	7,68	16,13	27,54	286,64
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

CETURTDIENA 16.01.

<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					
				€1,27	15,90	13,83	54,63	406,77
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

PIEKTDIENA 17.01.

<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					
				€1,27	16,72	16,23	59,36	456,61
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,6 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 9,2 grami						

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"