

SIA "MEŽVIDI"

**Papildus izvēle pie kompleksajām  
pusdienām****5.-12. kl.**

20.01 – 24.01. 2025. g.

**PIRMDIENA 20.01.***(Slīpā rakstā norādīti alergēni)*

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbalt.</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Vistas gaļas frikase <i>(Krējums skābs)</i>	1	60/20	€1,22				
	*Vārīti makaroni <i>(Kvieši, sviests)</i>	1	140	€0,28				
	*Mafins <i>(Kvieši, olas)</i>	1	50	€0,44				

**OTRDIENA 21.01.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbalt.</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Rasoļņiks ar krējumu <i>(Krējums skābs)</i>	1	250/10	€0,30				
	*Plovs cūkgaļas	1	50/140	€1,36				
	*Vārīti griķi <i>(Sviests)</i>	1	130	€0,43				

**TREŠDIENA 22.01.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbalt.</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Cīsiņi vārīti	1	70	€1,07				
	*Kartupeļu biezenis <i>(Piens, sviests)</i>	1	160	€0,41				
	*Biezpiena sierīņš "Mazulis" <i>(Piens olbaltumvielas)</i>	1	40	€0,55				

**CETURTDIENA 23.01.**

<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>
<b>Pusdienas</b>								
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu <i>(Kvieši)</i>	1	130/50	€1,44				
	*Vārīti rīsi <i>(Sviests)</i>	1	140	€0,35				
	*Vafeles <i>(Kvieši, olas)</i>	1	24	€0,24				

**PIEKTDIENA 24.01.**

<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>
<b>Pusdienas</b>								

Ēdnīcas vadītāja:

Tehnologs:

Medmāsa: