

SIA "MEŽVIDI"

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

27.01. – 31.01. 2025. g.

PIRMDIENA 27.01.*(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>
Pusdienas								
	*Vistas kotlete <i>(Kvieši, olas)</i>	1	70	€1,18				
	*Vārīti makaroni <i>(Kvieši, sviests)</i>	1	140	€0,28				
	*Vārīti griķi <i>(Sviests)</i>	1	130	€0,43				
	*Jogurts ar kukurūzas pārslām <i>(Piena olbalt.zemesrieksti)</i>	1	70/10	€0,59				

OTRDIENA 28.01.

<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>
	*Rīsu zupa ar krējumu <i>(Krējums skābs)</i>	1	250/5	€0,35				
	*Vistas gaļas frikase <i>(Krējums skābs)</i>	1	60/20	€1,22				
	*Vārīti makaroni <i>(Kvieši, sviests)</i>	1	140	€0,28				

TREŠDIENA 29.01.

<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>
	*Slinkie kāpostu tīteni, krējums <i>(Olas, krējums skābs)</i>	1	70/10	€0,95				
	*Kartupeļu vārīti <i>(Sviests)</i>	1	150	€0,38				
	*Vafeles <i>(Kvieši, olas)</i>	1	12	€0,12				

CETURTDIENA 30.01.

<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 maltu cūkgaļu <i>(Kvieši)</i>	1	130/50	€1,44				
	*Vārīti rīsi <i>(Sviests)</i>	1	140	€0,35				
	*Šokolādes krēms <i>(Krējums skābs)</i>	1	50	€0,45				

PIEKTDIENA 31.01.

<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>
	*Haro zupa ar cūkgaļu	1	250/15	€0,70				
	*Rauga pankūkas ar ievārijumu <i>(Kvieši, olas, piena olbaltum.)</i>	1	150/20	€0,65				

Ēdnīcas vadītāja:

Tehnologs:

Medmāsa: