

**Ēdienkarte LAUNAGS**

Skolas direktore/s

27.01. – 31.01.2025.

**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>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
	*Rauga pankūkas ar krējumu <i>(Kvieši, piens, olas, krējums skābs)</i>	1	170/15	€0,94				
	*Kakao ar pienu un cukuru <i>(Piens)</i>	1	200	€0,33				
				<b>€1,27</b>				
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,68 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 7,8 grami						

**OTRDIENA 28.01.**

<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	€0,94				
	*Ābolu kompots	1	200	€0,33				
				<b>€1,27</b>				
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

**TREŠDIENA 29.01.**

<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>
	*Prosas biezputra ar sviestu un ievārījumu <i>(Piens, sviests)</i>	1	200/5/20	€1,15				
	*Tēja ar cukuru	1	200	€0,12				
				<b>€1,27</b>				
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 8,0 grami						

**CETURTDIENA 30.01.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbalt.</u>	<u>Tauk.</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	40	€0,14				
	*Vistas kotlete <i>(Kvieši, olas)</i>	1	50	€0,94				
	*Karkadē dzēriens	1	200	€0,12				
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25	€0,07				
				<b>€1,27</b>				
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,36 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

**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>
<b>Launags</b>								
	*Kartupeļu zrazi ar cūkgalu, krējums <i>(Kvieši, olas, krējums skābs)</i>	1	100/15	€0,94				
	*Ābolu sulas dzēriens	1	200	€0,33				
				<b>€1,27</b>				
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

TEHNOLOGS:

MEDMĀSA: