

Ēdienkarte

10.12.2018-14.12.2018

	<i>Pirmdiena</i>				<i>Otrdiena</i>				<i>Trešdiena</i>				<i>Ceturtdiena</i>				<i>Piektdiena</i>			
Brokastis	Biezpiens ar sk.krējumu 80/10 Graudu maize ar sviestu 20/5 Tēja 150 A07,A01				Mannā biežputra ar sviestu 200/10 Baltmaize ar sviestu un desu 20/5/10 Tēja 200 A01,A07				3 graudu biežputra ar sviestu 200/10 Baltmaize ar sviestu un sieru 20/3/10 Tēja 200 A01,A07				Prosas biežputra ar ievārījumu 200/10 Graudu maize ar sviestu un tomātu 20/3/10 Tēja 200 A07,A01				Rīsu piena zupa 200 Baltmaize ar ievārījumu 20/10 Tēja 200 A07,A01			
	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal
	15	11	24	262	8	7	44	269	8	7	44	269	20	17	30	354	15	16	45	386
Pirmais ēdiens	Dārzeņu zupa ar krējumu 150/10 Saldskābā maize 30 A01				Vārītais krēms ar ķīseli 80/120 A01				Biešu zupa ar krējumu 150/10 Ķieģelītis 20 A01				Pupiņu zupa ar krējumu 150/10 Rudzu maize 30 A01				Siera zupa ar dāržeņiem 150 Saldskābā maize 20 A01			
Otrais ēdiens	Makaroni ar malto gaļu 150 Ķīnas kāpostu un dārzeņu salāti 50 Dzēriens 200 A07,A01				Vārīti kartupeļi ar vistas karbonādi un krējuma mērci 100/60/30 Biešu salāti ar ķīpoku un krējumu 50 Dzēriens 200 A07,A01				Pupiņu-dārzeņu sautējums 150 Marinēts gurķis 50 Dzēriens 200 A07,A01,A10				Plovs ar cūkgaļu 150 Kāpostu-burkānu salāti 50 Dzēriens 200 A01,A07,				Vārīti griķi ar vistas gaļas mērci 100/80 Vitamīnu salāti 50 Dzēriens 200 A01,A07,A03			
	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal
	21	34	101	828	22	33	79	705	19	19	70	558	24	31	89	743	21.22	28.66	57.38	569.88
Launags	Omlete 100 Sv.gurķis 30 Graudu maize 20 Tēja 200 A07,A03				Bērnu cīsiņi 2gb Baltmaize ar sviestu un tomātu 20/3/10 Tēja 200 A07,A01				Kellogs ar jogurtu 40/100 Tēja 200 Mandarīns 60 A07,A01				Karstmaizīte ar sieru 1gb Ābols 60 Tēja 200 A07				Rīsu dārzeņu salāti 100 Graudu maize 20 Tēja 200 A07			
	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Olb.	Tauki	Ogļh.	Kcal
	8.88	8	28	226	10	12	45	344	10	12	45	344	14	10	44	322	18.71	10.83	28.54	291.05