

			Maiņoties	pastiprināšanai	Iespējamās	Izmēģināt
TK Nr.	Pirmdiena	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1458	Vārīti makaroni *A01	120 gr. (+/- 10%)	5.2	2.4	33.6	181
1472	Cīsiņi	50 gr. (+/- 10%)	6.5	4.0	0.8	68
924	Tomātu mērce *A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	0.9	2.8	3.6	44
780	Burkānu salāti ar āboliem un eļļu	80 gr. (+/- 10%)	0.6	8.2	4.8	96
57	Rudzu rupjmaize *A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
1519	Cidoniju dzēriens	200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	17.3	71
1702	Skolas piens 1.5% *A07	200 gr. (+/- 10%)	6.0	3.0	9.6	90
Kopā :			21.2	20.7	82.9	612
TK Nr.	Otrdiena	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1630	Cūkgaļas un dārzeņu sautejums *A07	250 gr. (+/- 10%)	12.5	20.5	15.6	299
888	Marinēts kabacis	50 gr. (+/- 10%)	0.3	0.2	2.5	12
1343	Saldskābā maize *A01	30 gr. (+/- 10%)	1.8	0.3	16.0	74
647	Dzēriens dzērveņu	200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	19.9	79
1702	Skolas piens 1.5% *A07	200 gr. (+/- 10%)	6.0	3.0	9.6	90
1344	Skolas auglis (ābols)	100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.4	52
Kopā :			21.0	24.6	75.0	607
TK Nr.	Trešdiena	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
35	Vārīti griķi	100 gr. (+/- 10%)	3.6	0.8	34.5	159
382	Cūkgaļas kotlete *A01,A03,A07,A11	60 gr. (+/- 10%)	10.8	14.6	5.1	196
1443	Piena mērce *A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	1.6	5.0	4.1	68
98	Seleriju, ābolu, burkānu salāti ar krējumu *A07,A09	60 gr. (+/- 10%)	0.7	2.7	3.1	39
57	Rudzu rupjmaize *A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
54	Kefīrs 2% *A07	170 gr. (+/- 10%)	5.8	3.4	6.5	80
Kopā :			24.5	26.7	66.5	605
TK Nr.	Ceturtdiena	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
121	Kartupeli ar malto gaļu	200 gr. (+/- 10%)	12.0	16.6	22.9	292
1379	Biezpiens ar krējumu *A07	30 gr. (+/- 10%)	3.9	2.1	0.7	38
1695	Ķīnas kāposti ar puraviem, kukurūzu un krējumu *A07	60 gr. (+/- 10%)	2.3	2.2	2.2	38
57	Rudzu rupjmaize *A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
1716	Upēņu morss	150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	10.2	47
1344	Skolas auglis (ābols)	100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.4	52
1702	Skolas piens 1.5% *A07	200 gr. (+/- 10%)	6.0	3.0	9.6	90
Kopā :			26.7	24.8	70.2	620
TK Nr.	Piektdiena	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1283	Vārīti rīsi	120 gr. (+/- 10%)	2.7	0.2	30.8	136
985	Vistas fileja dārzeņu mērcē *A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	12.4	15.0	6.5	211
841	Burkānu salāti ar saulespuķu sēkliņām un eļļu	60 gr. (+/- 10%)	1.3	6.3	4.3	79
57	Rudzu rupjmaize *A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.3	67
1264	Rabarberu dzēriens	200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	10.0	41
1344	Skolas auglis (ābols)	100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.4	52
Kopā :			18.8	22.5	76.3	587

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

Kartē Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.
112.1 119.2 370.9 3032

Sastādīja

Apstiprinu