

# ĒDIENKARTE

	11.februāris				12.februāris				13.februāris				14.februāris				15.februāris			
<b><u>BROKASTIS</u></b>	Auzu pārslu putra ar ievārījumu 150/15 1*7*				Biezpiens ar rozīnēm 70/10 1*7*				Prosas putra ar ievārījumu 150/15 1*7*				Omlete un zaļie zirnīši 100/50 1*3*7*				Četru graudu putra ar ievārījumu 150/15 1*7*			
	Sviestmaize ar desu 20/5/15 1*7*				Sviestmaize 20/5 1*7*				Sviestmaize 20/15 1*7*				Sviestmaize 20/5 1*7*				Sviestmaize 20/5 1*7*			
	Tēja - 100				Tēja – 100				Tēja - 100				Tēja - 100				Tēja-100			
	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal
	9.10	10.6	43.07	238.7	12.8	15.07	34.96	327.6	10.34	11.17	49.87	301.1	13.49	13.07	30.04	246.8	10.15	11.23	42.86	303.47
<b><u>PUSDIENAS</u></b>	Lēcu zupa– 150 7*				Skābeņu zupa– 150 7*				Zemnieku zupa– 150 7*				Skābu kāpostu zupa – 150 7*				Zirņu zupa-150 7*			
	Rīsi ar tefteliem un salāti 130/80/50 1*7*				Griķi ar strogonovu un salāti 130/80/50 1*7*				Kartupeļu biezenis, zivju kotlete un salāti 130/80/50 1*4*7*				Makaroni ar vistas filejas mērci un salāti 130/80/50 1*7*				Gaļas eziši un salāti 80/100 1*7*			
	Rudzu maize –33 1*				Rudzu maize – 33 1*				Rudzu maize – 33 1*				Rudzu maize -33 1*				Rudzu maize –33 1*			
	Sulas dzēriens - 150				Sulas dzēriens - 150				Sulas dzēriens - 150				Sulas dzēriens - 150				Sulas dzēriens - 150			
	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal
	15.61	18.98	62.67	522.3	21.42	28.26	63.69	546.9	24.81	17.99	69.80	502.5	21.46	16.8	69.19	494.2	22.13	23.55	69.07	457.8
<b><u>LAUNAGS</u></b>	Ābolu pankūkas 120 1*7*				Uzpūtenis ar pienu 100/150 1*7*				Jogurta krēms ar ķīseli 10/150 1*7*				Mannā ar kanēli 150/5 1*7*				Gaļas salāti 130 1*3*7* Saldskābmaize-30 1*			
	Kakao-150 1*								Cepumiņi-35 1*				Tēja-150				Tēja-150			
	„Zelta Ābele”				Mandarini-50				„Zelta Ābele”								„Zelta Ābele”			
	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal	Olb.	Tauki	Oglh.	Kcal
	17.9	20.64	72.22	494.6	6.59	3.95	52.6	320.3	12.36	13.26	47.24	341.33	12.36	10.24	57.36	287.9	13.26	17.24	36.65	251.8
	<b>1255kcal</b>				<b>1194kcal</b>				<b>1144kcal</b>				<b>1028kcal</b>				<b>1013kcal</b>			

1, 3, 4, 7 - apzīmējuma skaidrojums lasāms pievienotajā dokumentā „Par alergēniem pārtikas aprītē”

Ēdināšanas firma “SIA Dagi”

