|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Pirmdiena** | **Svars** | **Cena EUR** | **Kcal.** | **Olbalt.** | **Tauki** | **Ogļh.** | **Alergēni** |
| 1 | Mannas biezputra ar sviestu | 200/10 | 0,59 | 282,1 | 7,19 | 11,17 | 38,2 | 1,7 |
| 2 | Tēja | 200 | 0,05 | 20,01 | - | - | 4,99 |  |
| 3 | Smalkmaize ar kanēļiem | 40 | 0,28 | 177,01 | 6,05 | 5,77 | 27,22 | 1,3,7 |
| 4 | Ābols | 70 | 0,16 | 33,6 | 0,28 | 0,56 | 6,86 |  |
|  |  |  | **1,08** | **512,72** | **13,52** | **1,75** | **42,89** |  |
|  | **Otrdiena** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | Slinkās pankūkas ar krējumu | 150/20 | 1,03 | 432,9 | 17,03 | 23,19 | 39,04 | 1,3,7 |
| 2 | Tēja | 200 | 0,05 | 20,01 | - | - | 4,99 |  |
|  |  |  | **1,08** | **452,01** | **17,03** | **23,19** | **44,03** |  |
|  | **Trešdiena** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | Vārīti cīsii | 50 | 0,56 | 166,2 | 5,05 | 15,8 | 0,95 |  |
| 2 | Kartupeļu biezenis | 100 | 0,24 | 78,34 | 2, 7 | 1,7 | 13,59 | 7 |
| 3 | Ābolu kompots | 200 | 0,12 | 39,16 | 0,16 | 0,32 | 8,81 |  |
| 4 | Maize | 20 | 0,06 | 47,14 | 1,6 | 0,18 | 9,78 | 1 |
|  |  |  | **1,08** | **330,84** | **9,51** | **18** | **33,13** |  |
|  | **Ceturtdiena** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | Makaroni ar sieru | 150/25 | 0,69 | 312,8 | 11,84 | 13,19 | 36,68 | 1,7 |
| 2 | Sulas dzēriens | 200 | 0,31 | 65,08 | 0,24 | - | 16,03 |  |
| 3 | Cepumi | 15 | 0,08 | 65,2 | 1,19 | 2,07 | 10,46 | 1,3,7 |
|  |  |  | **1,08** | **443,08** | **13,27** | **15,26** | **63,17** |  |
|  | **Piektdiena** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | Rauga pankūkas ar āboliem un krējumu | 150/20 | 0,58 | 394,2 | 10,15 | 13,91 | 57,11 | 1,3,7 |
| 2 | Auglis (apelsīns) | 70 | 0,23 | 26,46 | 0,63 | 0,14 | 5,67 |  |
| 3 | Kakao | 200 | 0,27 | 82,72 | 3,39 | 3,24 | 10,01 | 7 |
|  |  |  | **1,08** | **503,38** | **14,17** | **17,29** | **72,19** |  |

Apstiprinu: D.Mazaļevska Saskaņots: skolas medmāsa

Tehnologs: S.Krasovska