



O. Petasova

	Pirmdiena	Svars	Cena EUR	Kcal.	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	
1	Svaigi tomāti	1/50	0,30	10,7	0,55	0,1	1,9	
2	Piena zupa ar rīsiem	200	0,28	108,9	3,85	2,65	17,41	7
3	Vārīti makaroni ar gaļu un dārzeņiem	150/30	1,09	380,70	12,88	19,7	37,85	1
4	Kakao	1/180	0,24	74,45	3,05	2,91	9,01	7
5	Maize	1/20	0,06	47,14	1,6	0,18	9,78	1
6	Auglis (apelsīns)	1/80	0,23	34,02	0,81	0,18	7,29	
			2,20	655,91	22,74	25,72	83,74	
	Otrdiena							
1	Kīnas kāpostu salāti ar gurķi	1/60	0,23	43,85	0,89	3,06	3,19	
2	Pupiņu zupa ar krējumu	200/10	0,30	127,2	5,39	4,86	15,46	7
3	Sautēta cūkgaļa saldskābā tomātu mērcē	40/60	1,09	201,4	12,67	14,14	5,86	7,1
4	Vārīti griķi	1/120	0,35	180	6,17	3,47	13,02	
5	Augļu kompots	1/180	0,17	51,37	0,23	2,07	17,6	
6	Maize	1/20	0,06	47,16	1,6	0,18	9,78	1
			2,20	650,98	26,95	27,78	64,91	
	Trešdiena							
1	Burkānu salāti ar āboliem	1/60	0,14	49,26	0,69	2,11	3,87	
2	Cepta vistas gaļa	1/60	1,18	251,98	12,86	19,41	6,34	
3	Kartupeļu biezenis	1/130	0,30	102,9	2,83	2,25	17,63	7
4	Tēja	1/180	0,05	18,01	-	-	9,78	7
5	Maize	1/20	0,06	47,14	1,6	0,18	7,29	1
6	Cepumi	1/30	0,22	130,4	2,37	4,14	20,94	1,3,7
7	Auglis(banāns)	1/90	0,25	81,81	1,35	0,09	18,90	
			2,20	681,50	21,70	28,18	84,71	
	Ceturtdiena							
1	Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem	1/50	0,13	38,59	0,77	2,55	3,15	
2	Biešu zupa ar pupiņām un krējumu	200/10	0,35	137,28	5,38	5,38	16,83	7
3	Cepta karbonāde	1/70	1,15	198,21	12,71	13,76	6,61	1,3
4	Vārīti rīsi	1/150	0,27	204,13	3,8	3,34	38,59	
5	Kakao	1/180	0,24	65,27	2,52	2,25	8,72	
6	Maize	1/20	0,06	47,14	1,6	0,18	9,78	1
			2,20	690,64	26,78	27,56	72,23	
	Piektdiena							
1	Vitamīnu salāti	1/60	0,19	48,85	0,8	2,61	3,79	
2	Frikadeles tomātu mērcē	60/30	0,71	200,6	7,25	17,09	4,03	1
3	Kartupeļu biezenis	1/150	0,36	117,7	3,26	2,6	20,34	7
4	Maize	1/20	0,06	47,14	1,6	0,18	9,78	1
5	Tēja	1/180	0,05	18,01	-	-	4,49	
6	Biezpiena sieriņš	1/40	0,55	210	4,5	6	30,8	7
7	Auglis (apelsīns)	1/90	0,28	30,34	0,72	0,16	6,48	
			2,20	672,69	18,13	28,64	79,71	

Apstiprinu:

D.Mazaļevska

Saskaņots:

skolas medmāsa

Alerģēni:

A01 Graudaugi, kas satur lipekli(glutenu)

A04 Zivis un to produkti

A07 piens un tā produkti

A03 olas un to produkti

A05 zemesrieksti un to produkti

A08 Rieksti un to produkti