SIA Latgales Optima

Ēdienkarte

Launags
09.11.-13.11.2026.

Apstiprinu
DVĢ direktores p.i. S. Ozoliņa

	Pirmdiena	Svars	Cena EUR	Kcal.	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	Alergēni
1	Rīsu biezputra ar ievārījumu	200/15	0,48	262,1	6,03	2,96	52,84	7
2	Karstmaize ar sieru	25/5/15	0,43	155,4	5,84	9,20	12,33	1,7
3	Kakao	150	0,19	54,41	2,1	1,88	7,27	7
			1,10	**471,91**	**13,97**	**14,04**	**72,44**	
	Otrdiena							
1	Rauga pankūkas ar iebiezinātu pienu	150/20	0,57	362,5	10,99	10,45	56,11	1,3,7
2	Sulas dzēriens	200	0,31	65,08	0,24	-	16,03	
3	Auglis (apelsīns)	70	0,22	26,46	0,63	0,14	5,67	
			1,10	**454,04**	**11,86**	**10,59**	**77,81**	
	Trešdiena							
1	Cūkgaļas kotlete	50	0,60	217,20	7,87	18,77	4,68	
2	Kartupeļu biezenis	120	0,29	94,25	2,61	2,08	16,36	7
3	Ābolu kompots	200	0,15	39,16	0,16	0,32	8,91	
4	Maize	20	0,06	47,14	1,6	0,18	9,78	1
			1,10	**397,75**	**12,24**	**21,35**	**39,73**	
	Ceturtdiena							
1	Auzu pārslu biezputra ar sviestu	200/10	0,60	282,4	7,81	13,54	32,32	7
2	Smalkmaizīte ar kanēļiem	40	0,28	177,01	6,05	5,77	27,27	1,3,7
3	Tēja	200	0,06	20,01	-	-	4,99	
4	Augļis(ābols)	60	0,16	28,80	0,24	0,48	5,88	
			1,10	**508,27**	**14,10**	**19,79**	**70,41**	
	Piektdiena							
1	Kartupeļu pankūkas	150/20	0,67	309,9	6,72	15,49	35,91	1,3,7
2	Kafijas dzēriens	150	0,19	62,04	2,54	2,42	7,51	7
3	Baltmaize ar ievārījumu	25/20	0,24	116,21	2,08	0,23	26,47	
			1,10	**488,15**	**11,34**	**17,93**	**68,99**	

Apstiprinu: D.Mazaļevska

Saskaņots: skolas medmāsa I. Oliņeviča

Alergēni:

A01 Graudaugi, kas satur lipekli(glutenu)
A03 olas un to produkti
A04 Zivis un to produkti
A05 zemesrieksti un to produkti
A07 piens un tā produkti
A08 Rieksti un to produkti