SIA Latgales Optima

Ēdienkarte

Launags

23.11.-27.11.2026.

Apstiprinu
DVĢ direktores p.i. S.Ļabrēn

	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	Kakao	1/150	0,19	62,04	2,54	2,42	7,51	7
3	Sviestmaize ar sieru	25/15	0,32	118,01	5,81	5,07	12,29	1,3,7
			1,10	**462,15**	**15,54**	**18,66**	**58,00**	
	Otrdiena							
1	Omlete ar sieru	1/110	0,98	199,52	13,56	15,24	2,03	1,7,3
2	Tēja	1/180	0,06	18,01	-	-	4,49	
3	Maize	1/20	0,06	47,14	1,6	0,18	9,78	1
			1,10	**264,67**	**15,16**	**15,42**	**16,30**	
	Trešdiena							
1	Rauga pankūkas ar ābolìem un krējumu	150/20	0,58	394,2	10,15	13,91	57,11	1,3,7
2	Auglis (banāns)	70	0,25	63,63	1,05	0,23	14,70	
3	Sulas dzēriens	1/180	0,27	57,58	0,22	-	14,43	
			1,10	**515,41**	**11,42**	**14,14**	**86,24**	
	Ceturtdiena							
1	Vistas gaļas kotlete	50	0,56	163,7	7,97	10,79	9,16	
2	Kartupeļu biezenis	100	0,24	78,34	2, 7	1,7	13,59	7
3	Kakao	180	0,24	74,45	3,05	2,92	9,01	7
4	Maize	20	0,06	47,14	1,6	0,18	9,78	1
			1,10	**363,63**	**14,79**	**15,59**	**41,54**	
	Piektdiena							
1	Slinkās pankūkas ar krējumu	150/20	1,04	432,9	17,03	23,19	39,04	1,3,7
2	Tēja	1/180	0,06	18,01	-	-	4,49	
			1,10	**450,91**	**17,03**	**23,19**	**43,53**	

Apstiprinu: D.Mazaļevska

Saskaņots: skolas medmāsa I. Oliševska

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