

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola (B)

PUSDIENAS 5.-9. kl.

2024.g. _____

16.09. – 20.09. 2024. g.

PIRMDIENA 16.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Dārzeņu assorti salāti ar eļļu	1	50					
	*Plovs cūkgaļas	1	50/140					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Biezpiena sieriņš "Mazulis" (Piena olbaltumvielas)	1	40					
	*Āboli		100					
				€2,40	26,71	32,54	99,63	801,56
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,96 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)								

OTRDIENA 17.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Piena zupa ar rīsiem (Piens, sviests)	1	200					
	*Biešu salāti ar eļļu	1	50					
	*Cūkgaļas kotlete ar biezpienu (Kvieši, piens, biezpiens)	1	70					
	*Kartupeļu biezenis (Piens, sviests)	1	150					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Bumbieri		140					
				€2,40	28,00	27,80	96,01	760,72
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,88 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)								

TREŠDIENA 18.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Ķīnas kāpostu-gurķu salāti ar eļļu	1	50					
	*Cīsiņi vārīti	1	70					
	*Kartupeļu biezenis (Piens, sviests)	1	150					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Kakao ar pienu un cukuru (Piens)	1	200					
	*Mafins (Kvieši, olas)	1	50					
				€2,40	28,00	28,98	90,55	735,73
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,2 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola (B)

PUSDIENAS 5.-9. kl.

16.09. – 20.09. 2024. g.

CETURTDIENA 19.09.

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
----------------	-------------------------	--------------	----------------	------------------	------------------	--------------	-------------------	------------------

*(Alerģēni)***Pusdienas**

*Ķīnas kāpostu-gurķu salāti ar eļļu	1	50
*Cīsiņi vārīti	1	70
*Kartupeļu biezenis <i>(Piens, sviests)</i>	1	150
*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25
*Kakao ar pienu un cukuru <i>(Piens)</i>	1	200
*Mafins <i>(Kvieši, olas)</i>	1	50

€2,40 28,00 28,98 90,55 735,73

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami

PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

PIEKTDIENA 20.09.

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
----------------	-------------------------	--------------	----------------	------------------	------------------	--------------	-------------------	------------------

*(Alerģēni)***Pusdienas**

*Vistas gaļas zupa ar kartupeļiem un krējumu <i>(Krējums skābs)</i>	1	250/50/10
*Vārīti makaroni ar sieru <i>(Kvieši, siers, sviests)</i>	1	200/30
*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25
*Ķimeņu tēja ar cukuru	1	200
*Bumbieri	1	140

€2,40 35,73 30,17 106,27 844,30

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 2,00 grami

PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA _____ N.Bujeviča

MEDMĀSA _____ I. Daukšta

TEHNOLOGS _____ J.Suško