APSTIPRINU:_____
Izglītības iestādes direktors: ARTURS FEDOTOVS
Daugavpilī, 2019.gada 07.janvārī

9.VIDUSSKOLAS SKOLĒNU ĒDINĀŠANA

07.01.2019. - 11.01.2019. (10. - 12. klasēs)

ĒDIENKARTE	IZNĀKUMS (g)	CENA ar PVN (€)	Olbaltumvielas (g)	Taukvielas (g)	Ogļhidrāti (g)	En. vērtība (kcal)	Labība	Vēžveidīgie un to produkti	Olas	Zivis	Zemesrieksti	Sojas pupas	Piens	Rieksti	Selerijas	Sinepes	Sezama sēklas	Sēradioksīds un sulfīti
Pirmdiena																		
Biezpiens ar putukrējumu	70,00	EUR 0,35	4,06	11,25	7,02	143,84							X					
svaigu kāpostu salāti	50,00	EUR 0,08	0,79	2,67	4,03	42,35												
Zivju kotlete	80,00	EUR 0,61	8,19	13,78	6,22	180,20	X		X	X			X					
Kartupeļu biezenis	200,00	EUR 0,14	4,20	4,06	28,58	160,66							X					
Sulas dzēriens ābolu	200,00	EUR 0,15	0,30	0,30	35,82	138,28												
Lauku formas maize	5,00	EUR 0,01	0,12	0,02	0,84	4,15	X											
Baltmaize "Zemnieku"	10,00	EUR 0,03	0,75	0,02	4,95	25,30	X											
Āboli	50,00	EUR 0,05	0,20	0,40	4,90	24,00												
KOPA:		**EUR 1,42**	**18,61**	**32,50**	**92,36**	**718,78**												
Otrdiena																		
Svaigu kāpostu zupa ar krējumu	200,00	EUR 0,35	1,30	7,80	6,06	98,08							X					
zaļie zirnīši konservēti	35,00	EUR 0,10	8,05	0,42	18,66	105,95												
vārīta vista	90,00	EUR 0,63	15,80	15,93	0,83	209,70												
Vārīti rīsi	100,00	EUR 0,14	7,15	1,96	61,86	278,23												
Saldētu ogu kompots	200,00	EUR 0,15	0,04	0,02	18,08	68,16												
Lauku formas maize	10,00	EUR 0,02	0,23	0,04	1,67	8,30	X											
Baltmaize "Zemnieku"	10,00	EUR 0,03	0,75	0,02	4,95	25,30	X											
KOPĀ:		**EUR 1,42**	**33,32**	**26,19**	**112,10**	**793,72**												
Trešdiena																		
Vaniļas krēms	100,00	EUR 0,25	3,58	5,90	32,31	188,74							X					
marinēti gurķi	35,00	EUR 0,13	0,98	0,00	0,46	5,64												
Kartupeļu sacepums ar cūkgaļu un krējumu	200,00	EUR 0,73	9,14	15,54	35,68	310,30	X		X				X					
Kefīrs	200,00	EUR 0,26	5,60	6,40	8,18	110,80							X					
Baltmaize "Zemnieku"	10,00	EUR 0,03	0,75	0,02	4,95	25,30	X											
Lauku formas maize	10,00	EUR 0,02	0,23	0,04	1,67	8,30	X											

ĒDIENKARTE	IZNĀKUMS (g)	CENA ar PVN (€)	Olbaltumvielas (g)	Taukvielas (g)	Ogļhidrāti (g)	En. vērtība (kcal)	Labība	Vēžveidīgie un to produkti	Olas	Zivis	Zemesrieksti	Sojas pupas	Piens	Rieksti	Selerijas	Sinepes	Sezama sēklas	Sēradioksīds un sulfiti
KOPĀ:		**EUR 1,42**	**20,28**	**27,90**	**83,25**	**649,08**												
Ceturtdiena																		
Zirņu zupa ar putraimiem un krējumu	200,00	EUR 0,20	6,68	10,52	14,74	176,58	X						X					
Salāti "Možums"	70,00	EUR 0,10	5,40	8,19	12,14	140,92			X						X			
Liellopu gaļas žarkoje mājas gaumē	200,00	EUR 0,80	11,20	9,46	15,14	186,68												
Sulas ķīselis ar putukrējumu	180,00	EUR 0,25	1,67	9,32	33,46	216,32							X					
Baltmaize "Zemnieku"	15,00	EUR 0,04	1,13	0,03	7,43	37,95	X											
Lauku formas maize	15,00	EUR 0,03	0,35	0,06	2,51	12,45	X											
KOPĀ:		**EUR 1,42**	**26,43**	**37,58**	**85,41**	**770,90**												
Piektdiena																		
Sieriņš "Mazulis"	40,00	EUR 0,40	1,78	4,25	4,75	68,40							X					
svaigu kāpostu salāti	50,00	EUR 0,08	0,79	2,67	4,03	42,35												
Vistas kotlete	80,00	EUR 0,60	9,68	17,67	6,57	222,46	X						X					
Vārīti makaroni	100,00	EUR 0,14	10,29	1,08	68,01	306,03	X											
Tēja ar cukuru	200,00	EUR 0,10	0,26	0,06	18,06	75,50												
Lauku formas maize	10,00	EUR 0,02	0,23	0,04	1,67	8,30	X											
Bumbieri	50,00	EUR 0,08	0,20	0,15	4,75	21,15												
KOPA:		**EUR 1,42**	**23,23**	**25,92**	**107,84**	**744,19**												

Ēdnīcas vadītāja: _____ Kristina JAKUBAŅECA

Medmāsa: _____ Marina IGNATJEVA