APSTIPRINU:_____
Izglītības iestādes direktors: ARTURS FEDOTOVS
Daugavpilī, 2017.gada 02.oktobrī

9.VIDUSSKOLAS SKOLĒNU ĒDINĀŠANA

02.10.2017. - 06.10.2017. (5. - 9. 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																		
Sieriņš "Mazulis"	40,00	EUR 0,42	1,78	4,25	4,75	68,40							X					
dārzeņu salāti	50,00	EUR 0,08	2,43	7,50	5,79	99,02			X									
Maltā gaļa	70,00	EUR 0,50	7,22	22,97	3,05	247,12	X											
Vārīti makaroni	100,00	EUR 0,14	10,29	1,08	68,01	306,03	X											
Sulas dzēriens ābolu	200,00	EUR 0,14	0,30	0,30	35,82	138,28												
Lauku formas maize	10,00	EUR 0,02	0,23	0,04	1,67	8,30	X											
Baltmaize "Zemnieku"	10,00	EUR 0,02	0,75	0,02	4,95	25,30	X											
Plūmes	50,00	EUR 0,10	0,40	0,00	4,80	20,80												
KOPA:		**EUR 1,42**	**23,40**	**36,17**	**128,83**	**913,25**												
Otrdiena																		
Dārzeņu zupa ar krējumu	200,00	EUR 0,22	4,02	3,96	13,48	102,42							X					
Salāti "Možums"	100,00	EUR 0,11	7,72	11,70	17,34	201,31			X									
Liellopu gaļas žarkoje mājas gaumē	200,00	EUR 0,72	11,20	9,46	15,14	186,68												
Sulas ķīselis ar putukrējumu	200,00	EUR 0,20	1,86	10,36	37,18	240,36							X					
Baltmaize "Zemnieku"	20,00	EUR 0,04	1,50	0,04	9,90	50,60	X											
Lauku formas maize	15,00	EUR 0,03	0,35	0,06	2,51	12,45	X											
Apelsīni	50,00	EUR 0,10	0,45	0,10	4,05	18,90												
KOPĀ:		**EUR 1,42**	**27,10**	**35,68**	**99,60**	**812,72**												
Trešdiena																		
Biezpiens ar cukuru	100,00	EUR 0,30	11,13	6,00	34,59	228,30							X					
Salāti "Veselība"	85,00	EUR 0,09	1,24	7,49	5,53	93,16												
Cūkgaļas gulašs	100,00	EUR 0,59	7,37	18,38	5,58	215,84	X											
Kartupeļu biezenis	200,00	EUR 0,14	4,20	4,06	28,58	160,66							X					
Tēja ar cukuru	200,00	EUR 0,15	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											
Baltmaize "Zemnieku"	15,00	EUR 0,03	1,13	0,03	7,43	37,95	X											
Plūmes	50,00	EUR 0,10	0,40	0,00	4,80	20,80												

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**	**25,96**	**36,06**	**106,24**	**840,51**												
Ceturtdiena																		
Gaļas soļanka ar krējumu	200,00	EUR 0,24	5,00	6,80	9,24	115,92							X					
Tomāti un gurķi ar krējumu	80,00	EUR 0,12	0,82	4,50	2,75	54,09							X					
Zivju kotlete	90,00	EUR 0,53	9,22	15,51	7,00	202,73	X		X	X			X					
Vārīti griķi	100,00	EUR 0,17	12,47	3,26	61,48	309,90												
Kefīrs	200,00	EUR 0,23	5,60	6,40	8,18	110,80							X					
Lauku formas maize	10,00	EUR 0,02	0,23	0,04	1,67	8,30	X											
Baltmaize "Zemnieku"	10,00	EUR 0,02	0,75	0,02	4,95	25,30	X											
Bumbieri	50,00	EUR 0,09	0,20	0,15	4,75	21,15												
KOPĀ:		**EUR 1,42**	**34,28**	**36,67**	**100,02**	**848,18**												
Piektdiena																		
Sulas želeja	100,00	EUR 0,18	10,41	0,17	23,88	135,04												
Gurķi ar eļļu	100,00	EUR 0,11	0,68	12,83	2,55	127,88												
vārīta vista	90,00	EUR 0,69	15,80	15,93	0,83	209,70												
Kartupeļu biezenis	200,00	EUR 0,14	4,20	4,06	28,58	160,66							X					
Žāvētu augļu kompots	200,00	EUR 0,14	0,82	0,16	32,12	124,18												
Lauku formas maize	15,00	EUR 0,03	0,35	0,06	2,51	12,45	X											
Baltmaize "Zemnieku"	20,00	EUR 0,04	1,50	0,04	9,90	50,60	X											
Plūmes	50,00	EUR 0,09	0,40	0,00	4,80	20,80												
KOPA:		**EUR 1,42**	**34,15**	**33,25**	**105,16**	**841,31**												
Skolas piens	**250**	**EUR 0,00**	7,25	8,00	11,75	144,98							X					

Ēdnīcas vadītāja: _____ Kristina JAKUBAŅECA

Medmāsa: _____ Marina IGNATJEVA