

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 16.11-20.11.2020

Pirmdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alergēni
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcal	
vistas makaronu zupa	200	5.23	4.98	15.13	163.56	250	6.53	6.73	18.91	191.95	A01,09
c/g plovš	200	15.98	16.57	40.01	393.42	250	19.13	19.71	43.2	431.52	A01,09
Burkānu salāti	50	0.71	3.91	15.75	36.13	100	1.42	3.82	31.5	72.85	
augļu-ogu dzēriens dzēriens	200	0.2	0.0	10.9	49.2	200	0.2	0.0	10.9	49.2	
maize	30	1.86	0.3	13.74	65	30	1.86	0.3	13.74	65	A01
Kopā:	23.97	25.76	95.5	707.31		Kopā	29.13	30.56	118.22	810.52	
2. Otrdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
kartupeļi, strogonovs	150/50/50	16.42	17.9	31.04	432.4	200/75/75	19.13	19.71	36.98	471.52	A03,09
rīsu krems ar ķīseli	30/50	0.5	6.3	20.8	148.8	30/70	56.0	7.3	22.8	168.8	A07
kāpostu salāti ar krējumu	50	0.71	1.91	15.75	29.67	100	1.42	3.82	31.5	59.34	A07
augļu-ogu dzēriens dzēriens	200	0.2	0.0	10.9	49.2	200	0.2	0.0	10.9	49.2	
maize	30	1.86	0.3	13.74	65	30	1.86	0.3	13.74	65	A01
Kopā:	19.64	26.41	92.15	725.11		Kopā	78.6	31.13	115.89	813.86	
Trešdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Kopā:	0	0	0	0	0	Kopā	0	0	0	0	
Ceturtdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
makaroni ar gaļu	180	8.6	8.0	36.2	256.3	250	13.5	15.8	55.5	432.5	A01,09
rīsu krems ar ķīseli	30/50	0.5	6.3	20.8	148.8	30/70	0.5	6.3	20.8	148.8	A07
Burkānu salāti	50	0.65	2.5	3.1	53.97	100	1.03	5	6.2	119.94	A07
augļu-ogu dzēriens dzēriens	200	0.2	0.0	10.9	49.2	200	0.2	0.0	10.9	49.2	
maize	30	1.86	0.3	13.74	65	30	1.86	0.3	13.74	65	A01
skolas piens 2.5%	250	8	6.25	12	137.5	250	8	6.25	12	137.5	A07
Kopā:	19.76	23.35	96.69	710.81		Kopā	25.01	33.65	119.06	952.93	
Piektdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
sakņu zupa ar zaļiem zirnīšiem	200	4.46	4.05	8.13	125.36	250	7.33	6.06	12.91	158.36	A09
c/g gulašs, griķi	50/50/150	11.07	12.72	51.536	325.6	70/50/200	13.99	15.39	63.966	389.6	A01,07,09
Dārzeņu salāti"Asorti"	50	0.68	1.05	7.29	29.49	100	1.36	2.1	14.58	58.98	
augļu-ogu dzēriens dzēriens	200	0.2	0.0	10.9	49.2	200	0.2	0.0	10.9	49.2	
maize	30	1.86	0.3	13.74	65	30	1.86	0.3	13.74	65	A01
skolas piens 2.5%	250	8	6.25	12	137.5	250	8	6.25	12	137.5	A07
Kopā:	26.26	24.37	103.566	732.15		Kopā	32.73	30.1	128.066	858.64	

sastādīja : Raimonds Bērziņš