

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 12.10-16.10.2020

Pirmdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	EUR 1,73					EUR 2,00					
	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
sv.kāpostu-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					Alerģēni
	EUR 1,73					EUR 2,00					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	
kartupeļu biezp., vistas kotlete	130/70	15,47	13,62	36,21	289,21	200/70	20,61	18,04	43,13	390,53	A07,09
auzu pārslu krems krems ar ķīseli	30/50	5,3	6,3	20,8	168,8	30/70	6,5	7,3	22,8	188,8	A07
Burkānu salāti ar maj.	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
Kopā:		23,47	22,72	84,67	626,22	Kopā	30,19	30,64	96,74	813,47	

Trešdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	EUR 1,73					EUR 2,00					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	
Zupa Rasolņiks	200	2,1	2,6	13,4	85,0	250	2,6	3,2	16,8	106,2	A07,09
makaroni ar gaļu	200	11,0	11,8	43,2	344,0	250	13,5	15,8	55,5	432,5	A01,09
biešu salāti ar eļļu	50	0,7	2,54	1,13	30,18	100	1,4	5,08	2,26	60,36	
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:		23,85	23,47	94,35	710,87	Kopā	27,49	30,64	111,13	850,66	

Ceturtdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	EUR 1,73					EUR 2,00					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	
kartupeļu biezp., teftelis	130/70	15,47	13,62	36,21	289,21	200/70	20,61	18,04	43,13	390,53	A07,09
augļu krems ar vaniļas mērci	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	
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:		26,63	28,97	96,67	743,72	Kopā	32,15	35,89	106,69	911,01	

Piektdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	EUR 1,73					EUR 2,00					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	
sakņu zupa	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
Biešu-ābolu salāti	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 Bērznieks