

## SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 12.02-16.02.2024

Pirmdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
		<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhidr.</i>	<i>kcla</i>		<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhidr.</i>	<i>kcal</i>	
Biešu zupa ar krējumu	150/15	9	11	18	123	150/15	9	11	18	123	A07,09
Plovs ar cūkgaļu	150	7,60	11,67	35,10	263,23	200	12,00	16,56	46,80	471,45	
Kāpostu-burkānu salāti	50	0,71	2,55	15,75	32,67	150	2,13	7,65	47,25	98,01	A09
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Vīnogu dzēriens	150	0,3	0,0	12,0	50,2	200	0,35	0,0	16,0	69,9	
Kopā:		19,43	25,52	94,59	534,09	Kopā	25,96	35,61	146,37	849,06	
2. Otrdiena											
	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	
Kartupeļu sautējums ar malto gaļu	150/50	13,13	9,32	28,35	282,32	200/50	19,5	13,09	39,8	396,86	A07
Mannā biezputra ar kanēli	70/5	3,4	3,2	19,26	109,32	70/5	3,4	3,2	19,26	109,32	A01,07
Burkānu salāti	50	0,49	4,47	2,77	53,84	150	1,47	11,40	8,31	161,52	A07
Plūmju dzēriens	150	0,2	0,0	11,3	44,2	200	0,4	0,0	15,0	66,9	
Piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	250	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Kopā:		25,21	23,24	73,67	627,20	Kopā	32,72	33,94	94,37	872,12	
Trešdiena											
	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	
Škelto zirņu zupa	150	6,69	2,52	17,96	124,1	200	8,36	4,15	22,45	155,12	A01,09
Vārti makaroni	130	3,88	5,59	30,6	211,32	150	4,10	6,45	35,31	243,83	A01
Cūkgaļas gulašs	50/50	7,59	7,01	6,35	159,63	50/50	7,59	7,01	6,35	159,63	A01,07,09
Balto redīsu-burkānu salā	50	0,43	2,29	2,77	34,01	150	1,29	6,87	8,31	102,03	
Plūmju dzēriens	150	0,2	0,0	11,3	44,2	200	0,4	0,0	15,0	66,9	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Kopā:		20,64	17,71	82,71	638,28	Kopā	24,17	24,88	105,74	814,20	
Ceturtdiena											
	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	
Kartupeļu biezputra	150	2,05	5,1	17,55	131,25	200	2,88	7,14	25,03	183,75	A07
Cūkgaļas cīsiņi	70	8,4	9,6	1,5	159,65	70	8,4	9,6	1,5	159,95	A09
Biezpiena krems ar ķīseli	30/70	3,72	8,45	25,48	158,32	30/70	3,72	8,45	25,48	158,32	A01,07
Kāpostu-biešu salāti	50	0,53	2,29	13,74	35,47	150	1,59	6,87	41,22	106,41	
Cidoniju-ābolu dzēriens	200	0,25	0,00	15,80	66,12	200	0,4	0,0	15,0	66,9	
Piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	250	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Kopā:		22,95	25,44	86,07	688,31	Kopā	24,94	38,31	120,23	812,85	
Piekdiena											
	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	
Sakņu zupa	150	3,3	2,5	11,34	75,36	150	3,3	2,5	11,34	75,36	
Vārti griķi	150	5,14	2,31	33,43	178,86	150	5,14	2,31	33,43	178,86	
Boloņas mērce	50/50	9,20	9,30	7,38	217,46	50/50	11,83	12,22	7,38	217,46	A01,09
Vitamīnu salāti	50	0,71	2,55	10,18	44,92	150	2,13	7,65	14,37	134,76	A09
Vīnogu dzēriens	150	0,3	0,0	12,0	50,2	200	0,35	0,0	16,0	69,9	
Piens	200	6,40	5,00	9,60	107,60	250	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Kopā:		26,87	21,96	97,67	739,39	Kopā	33,23	31,33	112,84	900,54	

Sastādīja : Raimonds Bērznieks