

SIA "DAGA" ĒDIENKARTE 31.03-04.04.2025

Pirmdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klasēm					Alerģēni
	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcla	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcal	
Dārzeni zupa ar kartupeļiem, gaļu	200	11,45	9,32	29,63	210,02	200	11,45	9,32	29,63	210,02	A07
Makaroni ar malto gaļu	200	10,24	9,85	34,56	307,71	250	13,39	14,32	43,2	402,39	A01
Burkānu salāti	50	0,43	2,29	2,77	34,01	150	1,29	6,87	8,31	102,03	
Vīnoģu dzēriens	150	0,26	0,00	12,00	50,19	150	0,26	0,00	12,00	50,19	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Ābols	100	0,30	0,00	11,40	49,00	100	0,30	0,00	11,40	49,00	
Kopā:	24,54	21,76	104,10	715,93	Kopā	29,17	30,91	122,86	900,30		
2. Otrdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klasēm					Alerģēni
Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla		
Plovs ar cūkgaļu	150	7,20	11,67	26,35	282,87	200	9,60	15,56	35,10	377,16	
Svaigu burkānu-kāpostu salāti	50	0,71	1,91	15,75	29,67	150	2,13	5,73	47,25	89,01	
Oģu ķīselis ar pienu	70/30	2,40	9,00	7,92	176,83	70/30	2,40	9,00	7,92	176,83	A01
Vīnoģu dzēriens	150	0,26	0,00	12,00	50,19	150	0,26	0,00	12,00	50,19	
Piens	150	4,80	3,75	7,20	103,12	150	4,80	3,75	7,20	103,12	A07
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Kopā:	17,23	26,63	82,96	707,68	Kopā	21,67	34,44	127,79	882,98		
Trešdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klasēm					Alerģēni
Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla		
Zupa "Harčo"	150	7,58	7,34	19,63	145,92	200	10,11	9,79	26,17	235,96	A01,07
Dārzeni sautējums ar gaļu	200	9,12	7,96	21,32	245,63	250	11,40	9,95	26,65	351,30	
Balto redīsu-burkānu salāti	50	0,49	3,20	2,77	53,84	100	0,98	6,40	5,54	107,68	A07
Vīnoģu dzēriens	150	0,26	0,00	12,00	50,19	150	0,26	0,00	12,00	50,19	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	250	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Kopā:	27,31	25,05	81,46	698,08	Kopā	32,61	32,69	96,10	947,63		
Ceturtdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klasēm					Alerģēni
Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla		
Vārti kartupeļi	150	2,82	3,20	21,29	114,00	200	3,76	6,32	28,39	180,00	
Vistas gabaliņi saldskābā mērcē	50/50	9,44	7,26	4,87	114,56	50/50	9,44	7,26	4,87	114,56	A01,07,09
Biešu salāti	50	0,87	3,40	4,00	54,00	100	1,74	6,80	8,00	108,00	
Oģu uzpūtenis ar pienu	50/100	3,18	2,69	19,32	142,32	50/100	3,18	2,69	19,32	142,32	A01,07
Vīnoģu dzēriens	150	0,26	0,00	12,00	50,19	150	0,26	0,00	12,00	50,19	
Piens	150	4,80	3,75	7,20	103,12	150	4,80	3,75	7,20	103,12	A07
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Ābols	100	0,30	0,00	11,40	49,00	100	0,30	0,00	11,40	49,00	
Kopā:	23,53	20,60	93,82	692,19	Kopā	25,96	27,22	109,50	833,86		
Piektdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klasēm					Alerģēni
Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla		
Skābeņu zupa ar krējumu	150	5,97	6,98	13,57	138,63	200	7,96	9,64	18,09	191,58	A07
Vārti makaroni	150	5,69	6,15	44,66	265,46	200	7,97	8,60	62,53	371,64	A01,07
Cūkgaļas cīsiņi 70%, tomātu mērcē	70	8,4	9,6	4,9	139,95	70	8,4	9,6	4,9	139,95	
Salāti "Vitamīnu"	50	0,52	2,29	11,30	32,89	100	1,04	4,58	22,60	65,78	
Vīnoģu-upēģu dzēriens	150	0,80	0,00	11,32	50,64	150	0,80	0,00	11,32	50,64	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Ābols	100	0,30	0,00	11,40	49,00	100	0,30	0,00	11,40	49,00	
Kopā:	23,54	25,32	110,89	741,57	Kopā	28,95	32,82	149,16	955,26		

Sastādģija : Kristģne Gurgģne

Ēdienkarte var tģkt mainģta pamatotu iemeslu dģģ, par ko tiek izdarģti labojumi dienas sģkumģ.