

## ĒDIENKARTE 1. - 4. klasēm

SIA "Saltums  
Kandavā"

<b>Pirmdiena 27.05.2024</b>		<i>Daudz.gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhidr.</i>	<i>Kalorijas</i>	<i>ALERĢĒNI</i>
Skābeņu zupa ar krējumu	150/5	2.60	4.70	12.90	108.10	<b>A01,A07</b>	
Muižnieku sautējums ar gaļu	200	11.40	13.50	22.70	230.90		
Burkānu salāti ar ķiploku un krējumu	100	1.7	4.80	9.60	119.50	<b>A07</b>	
Ābolu dzēriens	200	0.1	0.1	13.50	55.30		
Rudzu maize	30	1.86	0.3	13.80	65	<b>A01</b>	
Kopā:		<b>17.66</b>	<b>23.4</b>	<b>72.5</b>	<b>578.8</b>		
<b>Otrdiena 28.05.2024</b>		<i>Daudz.gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>Kalorijas</i>	<i>ALERĢĒNI</i>
Bēnu soļanka ar gaļu un krējumu	200/10	9.20	15	13.30	<b>235.50</b>	<b>A07</b>	
Rauga pankūkas ar ievārījumu	100/15	5.90	7.90	35	250.60	<b>A01.A07.A03</b>	
Ābols	100	0.8	2.1	4.3	40.3		
Dzērveņu dzēriens	200	0.00	0	7	22.90		
Rudzu maize	30	1.86	0.3	13.80	65	<b>A01</b>	
Kopā:		<b>17.76</b>	<b>25.3</b>	<b>73.4</b>	<b>614.3</b>		
<b>Trešdiena 29.05.2024</b>		<i>Daudz.gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>Kalorijas</i>	<i>ALERĢĒNI</i>
Vistas gabaliņi karija mērcē	100	10.40	11.1	6.90	170.9	<b>A01,A07</b>	
Vārīti makaroni	170	8.60	2	48.90	247.80	<b>A01</b>	
Vitamīnu salāti	100	0.80	4.10	5.50	57.40	<b>A09</b>	
Vaniļas krēms ar ķīseli	50/100	3.90	10.60	6	150.70	<b>A07</b>	
Karkādes dzēriens	200	0.0	0.0	7.50	31.30		
Rudzu maize	30	1.86	0.3	13.80	65	<b>A01</b>	
Kopā:		<b>25.56</b>	<b>28.1</b>	<b>88.6</b>	<b>723.1</b>		
<b>Ceturtdiena 30.05.2024</b>		<i>Daudz.gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>Kalorijas</i>	<i>ALERĢĒNI</i>
Sakņu zupa	150	1.10	3.10	8	71.20		
C/g kotlete	60	8.20	13.30	6.60	178.60	<b>A1,A7</b>	
Vārīti kartupeļi	170	3.40	0.20	25.20	119		
Krējuma mērce	50	0.70	5.80	3.80	71.60	<b>A01,A07</b>	
Biešu-marinētu gurķu salāti	100	1.70	4.60	6.30	107.60	<b>A07</b>	
Dzēriens	200	0.00	0	7	22.90		
Rudzu maize	30	1.86	0.3	13.80	65	<b>A01</b>	
Kopā:		<b>16.96</b>	<b>27.3</b>	<b>70.7</b>	<b>635.9</b>		

**Produktu nepiegādāšanas gadījumā ēdienkartē var tikt veiktas izmaiņas**