

ĒDIENKARTE 5. - 7. klasēm

SIA "Saltums
Kandavā"

Pirmdiena 27.05.2024	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kalorijas	ALERĢĒNI
Skābeņu zupa ar krējumu	180/5	2.90	5.60	14.66	158	A01,A07
Muižnieku sautējums ar gaļu	260	12.80	14.70	29.44	305	
Burkānu salāti ar ķiploku un krējumu	100	1.7	4.80	9.60	119.50	A07
Ābolu dzēriens	200	0.1	0.1	13.50	55.30	
Rudzu maize	30	1.86	0.3	13.80	65	A01
Kopā:		19.36	25.5	81	702.8	

Otrdiena 28.05.2024	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	Kalorijas	ALERĢĒNI
Bērnu soļanka ar gaļu un krējumu	250/10	13.50	18.44	16.2	304	A07
Rauga pankūkas ar ievārījumu	120/15	6.40	8.50	41	270	A01.A07.A03
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	A01
Kopā:		22.56	29.34	82.3	702.2	

Trešdiena 29.05.2024	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	Kalorijas	ALERĢĒNI
Vistas gabaliņi karija mērcē	110	11.80	12.70	7.50	191	A01,A07
Vārīti makaroni	200	9.80	2.20	55.90	283.20	A01
Vitamīnu salāti	100	0.80	4.10	5.50	57.40	A09
Vaniļas krēms ar ķīseli	50/100	3.90	10.60	6	150.70	A07
Karkādes dzēriens	200	0.0	0.0	7.50	31.30	
Rudzu maize	30	1.86	0.3	13.80	65	A01
Kopā:		28.16	29.9	96.2	778.6	

Ceturtdiena 30.05.2024	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	Kalorijas	ALERĢĒNI
Sakņu zupa	180	1.7	3.9	9.90	98.45	
C/g kotlete	70	9.10	14	8.20	206	A1,A7
Vārīti kartupeļi	200	4.00	0.20	30	130.40	
Krējuma mērce	50	0.70	5.80	3.80	71.60	A01,A07
Biešu-marinētu gurķu salāti	100	1.70	4.60	6.30	107.60	A07
Dzēriens	200	0.00	0	7	22.90	
Rudzu maize	30	1.86	0.3	13.80	65	A01
Kopā:		19.06	28.8	79	701.95	

Produktu nepiegādāšanas gadījumā ēdienkartē var tikt veiktas izmaiņas

Ēdienkartē 2x200ml nedēļā tiek iekļauts "skolas piens"