

	Pirmdiena	Svars	Cena EUR	Kcal.	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	
1	Svaigi tomāti	1/60	0,38	12,84	0,66	0,12	2,28	
2	Vārīti makaroni ar gaļu	150/30	0,96	401,58	13,8	19,21	43,4	1
3	Apelsīnu želēja	1/120	0,60	107,1	4,52	0,06	26,38	
4	Tēja ar citronu	1/180	0,11	19,33	0,01	-	4,73	
5	Maize	1/20	0,08	47,14	1,6	0,18	9,78	1
6	Auglis (mandarīns)	1/110	0,47	41,58	0,09	0,22	8,91	
			<b>2,60</b>	<b>629,57</b>	<b>21,58</b>	<b>19,79</b>	<b>95,48</b>	
	<b>Otrdiena</b>							
1	Kīnas kāpostu salāti ar tomātiem	1/60	0,44	48,31	0,87	3,58	3,16	
2	Borščs	200	0,32	71,47	1,52	3,11	9,36	
3	Vistas gaļas kotlete	1/70	0,95	240,89	11,24	16,61	12,26	
4	Vārīti kartupeļi	1/150	0,34	109	3,2	0,16	23,68	
5	Sulas dzēriens	200	0,39	65,08	0,24	-	16,03	
6	Maize	1/40	0,16	94,28	3,2	0,36	19,56	1
			<b>2,60</b>	<b>629,03</b>	<b>20,27</b>	<b>23,82</b>	<b>84,05</b>	
	<b>Trešdiena</b>							
1	Redīsu un burkānu salāti	1/70	0,28	39,42	0,75	2,87	2,65	
2	Vārītas sardele	1/60	0,96	199,4	6,06	18,96	1,14	
3	Vārīti makaroni	1/150	0,28	215,9	6,24	2,66	41,76	1
4	Ķiršu ķīselis	1/200	0,51	114,71	0,45	0,21	27,16	
5	Maize	1/20	0,08	47,14	1,6	0,18	9,78	1
6	Auglis(apelsīns)	120	0,49	45,36	0,10	0,24	9,72	
			<b>2,60</b>	<b>661,93</b>	<b>15,2</b>	<b>25,72</b>	<b>92,21</b>	
	<b>Ceturtdiena</b>							
1	Marinēti gurķi	1/35	0,34	3,68	0,28	0,04	0,56	
2	Skābētu kāpostu zupa	200	0,30	57,67	1,39	2,84	6,64	
3	Mājas kotlete	1/60	0,75	236,1	8,56	17,53	10,83	
4	Vārīti kartupeļi	150	0,34	109	3,2	0,16	23,68	
5	Ogu kompots	1/180	0,27	29,48	0,29	0,14	6,76	
6	Maize	40	0,16	94,28	3,2	0,36	19,56	1
7	Auglis(mandarīns)	1/100	0,44	38,3	0,8	-	8,1	
			<b>2,60</b>	<b>568,51</b>	<b>17,72</b>	<b>21,07</b>	<b>76,13</b>	
	<b>Piektdiena</b>							
1	Svaigi gurķi	1/35	0,34	3,68	0,28	0,03	0,56	
2	Ceptas vistas gaļas romšteks	1/65	1,28	196,5	15,98	12,09	6,6	
3	Vārīti rīsi	1/150	0,27	204,1	3,8	3,84	38,59	
4	Maize	1/20	0,08	47,14	1,6	0,18	9,78	1
5	Sulas dzēriens	1/180	0,35	58,57	0,22	-	14,43	
6	Auglis(ābols)	110	0,31	52,8	0,44	0,88	10,78	
			<b>2,60</b>	<b>562,79</b>	<b>22,32</b>	<b>17,03</b>	<b>80,74</b>	

Skolas auglis

300g

Apstiprinu:

D.Mazaļevska

Saskaņots:

skolas medmāsa

Tehnologs:

S.Krasovska

Alerģēni:

**A01** Graudaugi, kas satur līpekli(glutenu)**A04** Zivis un to produkti**A07** piens un tā produkti**A03** olas un to produkti**A05** zemesrieksti un to produkti**A08** Rieksti un to produkti