



**Ēdienkarte**  
**Launags**  
**23.05.2022.**  
**27.05.2022.**

**2.nedēļa**

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena</b>	<b>Launags</b>	Auzu pārslu biezputra ar ievāriījumu	*A01;A07	200/10	6.7	7.8	36.9	245
		Sviestmaize	*A01;A07	25	1.9	0.5	15.3	73
		Tēja		200	0.1	0	8.5	34
		<i>Kopā:</i>				<b>8.7</b>	<b>8.3</b>	<b>60.7</b>
<b>Otrdiena</b>	<b>Launags</b>	Rauga pankūkas ar ievāriījumu	*A03,A07	100/10	5.5	8.6	28.8	215
		Tēja		200	0.1	0	8.5	34
		<i>Kopā:</i>				<b>5.6</b>	<b>8.6</b>	<b>37.3</b>
<b>Trešdiena</b>	<b>Launags</b>	Piena zupa ar rīsiem	*A01,A07	200	6	6.7	20.8	168
		Graudu maize ar sviestu	*A01,A07	25	2.4	3.3	5.2	60
		Auglis		50	0.2	0.2	4.8	24
		<i>Kopā:</i>				<b>8.6</b>	<b>10.2</b>	<b>30.8</b>
<b>Ceturtdiena</b>	<b>Launags</b>	Makaroni ar sieru	*A03,A07	100/20	5.7	5.8	23.1	167
		Tēja		150	0.4	0.1	8.3	32
		Marinēts gurķis		30	0.3	0.1	1.1	7
		<i>Kopā:</i>				<b>6.4</b>	<b>6</b>	<b>32.5</b>
<b>Piektdiena</b>	<b>Launags</b>	Sviestmaize ar desu	A01,A07	50	3.5	6.8	37	223
		Tēja		200	0.1	0	8.5	34
		<i>Kopā:</i>				<b>3.6</b>	<b>6.8</b>	<b>45.5</b>