

Ēdienkarte derīga līdz nomaīnai

| Datums             | Ēdienreize     | Ēdiena nosaukums                | Alerģēni         | Daudzums<br>+/-10% | Olīv., g     | Tauki, g     | Ogļh., g     | Kcal.      |
|--------------------|----------------|---------------------------------|------------------|--------------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>Pirmdiena</b>   | <b>Launags</b> | Mannas biezputra                | <i>A01;07</i>    | 200                | 6,5          | 2,4          | 29,1         | 164        |
|                    |                | Ievārījums                      |                  | 10                 | 0,05         | 0,02         | 6,22         | 25         |
|                    |                | Zaļā tēja                       |                  | 150                | 0,31         | 0,07         | 0,01         | 2          |
|                    |                | Cukurs                          |                  | 3                  | 0            | 0            | 2,99         | 12         |
| <i>Kopā:</i>       |                |                                 |                  |                    | <b>6,86</b>  | <b>2,49</b>  | <b>38,32</b> | <b>203</b> |
| <b>Otrdiena</b>    | <b>Launags</b> | Kefira mīklas pankūciņas        | <i>A01;07;03</i> | 100                | 8,78         | 8,85         | 43,28        | 288        |
|                    |                | Blenderētas ogas ar cukuru      |                  | 10                 | 0,095        | 0,015        | 3,54         | 15         |
|                    |                | Melnā tēja                      |                  | 150                | 0,31         | 0,07         | 0,01         | 2          |
|                    |                | Cukurs                          |                  | 3                  | 0            | 0            | 2,99         | 12         |
| <i>Kopā:</i>       |                |                                 |                  |                    | <b>9,185</b> | <b>8,935</b> | <b>49,82</b> | <b>316</b> |
| <b>Trešdiena</b>   | <b>Launags</b> | 4/ graudu pārslu biezputra      | <i>A01;07</i>    | 200                | 8,32         | 11,25        | 3,43         | 148        |
|                    |                | Ievārījums                      |                  | 10                 | 0,05         | 0,02         | 6,22         | 25         |
|                    |                | Zaļā tēja                       |                  | 150                | 0,31         | 0,07         | 0,01         | 2          |
|                    |                | Cukurs                          |                  | 3                  | 0            | 0            | 2,99         | 12         |
| <i>Kopā:</i>       |                |                                 |                  |                    | <b>8,68</b>  | <b>11,34</b> | <b>12,65</b> | <b>187</b> |
| <b>Ceturtdiena</b> | <b>Launags</b> | Rauga mīklas pufigās pankūciņas | <i>A01;07;03</i> | 100                | 5,5          | 8,65         | 28,84        | 215        |
|                    |                | Ievārījums                      |                  | 10                 | 0,05         | 0,02         | 6,22         | 25         |
|                    |                | Melnā tēja                      |                  | 150                | 0,31         | 0,07         | 0,01         | 2          |
|                    |                | Cukurs                          |                  | 3                  | 0            | 0            | 2,99         | 12         |
| <i>Kopā:</i>       |                |                                 |                  |                    | <b>5,86</b>  | <b>8,74</b>  | <b>38,06</b> | <b>254</b> |
| <b>Piektdiena</b>  | <b>Launags</b> | Sendvičs ar krēmsieru, gurķiem  | <i>A01;07</i>    | 30/30/20           | 6,11         | 5,59         | 16,26        | 140        |
|                    |                | Kakao ar pienu un cukuru        | <i>A07</i>       | 150                | 3,4          | 2,8          | 8,7          | 74         |
|                    |                | Auglis ( ābols)                 |                  | 50                 | 0,19         | 0,315        | 5,69         | 26         |
| <i>Kopā:</i>       |                |                                 |                  |                    | <b>9,7</b>   | <b>8,705</b> | <b>30,65</b> | <b>240</b> |

**ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA SASKANĀ AR IZMAIŅAM PRODUKTU PIEGĀDĒ UN PIEEJAMĪBU TIRGŪ.**