

Ēdienkarte nedēļai: 24.06.2024 - 28.06.2024

(2024.g) Draudzīgā aicinājuma vidusskola /PI/ Tartu iela 8

Grupa: 1-2

| Otrdiena 25.06.2024 | | | | Trešdiena 26.06.2024 | | | | Ceturtdiena 27.06.2024 | | | | Piektdiena 28.06.2024 | | | |
|---|-------|-------|-------|--|-------|-------|-------|--|-------|-------|-------|--|-------|-------|-------|
| Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal |
| Brokastis 4.graudu biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/156,8 kcal) Melnā tēja 1-2 (150g/9,7 kcal) Rausis 1-2 [A01] (30g/57,7 kcal) | | | | Brokastis Miežu biezputra 1-2 [A07] (200g/153,1 kcal) Cigoriņu dzēriens ar pienu 1-2 [A07] (150g/47,0 kcal) Sviestmaize ar sieru 1-2 [A01, A07] (42g/119,5 kcal) Bumbieris 1-2 (50g/27,3 kcal) | | | | Brokastis Kviešu-auzu pārslu biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/152,7 kcal) Kakao ar pienu 1-2 [A07] (150g/53,3 kcal) Cepumi " Mājas "1-2 [A01] (30g/127,7 kcal) Apelsīni 1-2 (50g/19,6 kcal) | | | | Brokastis Mannas biezputra ar sald.ogām 1-2 [A01, A07] (200g/153,8 kcal) Kafijas dzēriens ar pienu 1-2 [A07] (150g/54,6 kcal) Sviestmaize ar gurķiem 1-2 [A01, A07] (61g/105,7 kcal) | | | |
| 6,9 | 36,9 | 6,1 | 224,2 | 12,7 | 51,1 | 10,5 | 346,9 | 12,6 | 54,0 | 9,4 | 353,3 | 10,3 | 47,9 | 9,4 | 314,1 |
| Pusdienas Sv.kāpostu zupa ar krējumu 1-2 [A07] (150g/57,8 kcal) Plovs ar gaļu 1-2 [A07] (150g/199,5 kcal) Svaigi gurķi 1-2 (51g/5,8 kcal) Rudzu maize 1-2 (10gr.) [A01] (10g/23,4 kcal) Sulas dzēriens 1-2 (100g/27,7 kcal) | | | | Pusdienas Borščs ar krējumu 1-2 [A07] (150g/57,5 kcal) Dabīgā šnicele 1-2 [A01, A03, A07] (60g/108,2 kcal) Kartupeļu-pupiņu biezenis 1-2 [A07] (110g/82,3 kcal) Burkānu salāti ar āboliem un zaļiem zirnīšiem (kr.) 1-2 [A07] (65g/40,0 kcal) Rudzu maize 1-2 (10gr.) [A01] (10g/23,4 kcal) Saldētu ogu dzēriens (upeņu) 1-2 (100g/12,3 kcal) | | | | Pusdienas Dārzeņu zupa ar sald.puķu kāpostiem 1-2 (150g/54,0 kcal) Ceptas vistas nageti 1-2 [A01, A03] (55g/114,5 kcal) Vārīti griķi (gar.) 1-2 [A07] (100g/121,2 kcal) Sv. tomātu salāti (o/e) 1-2 (50g/37,0 kcal) Rudzu maize 1-2 (10gr.) [A01] (10g/23,4 kcal) Ābolu-rabarberu dzēriens 1-2 (100g/21,3 kcal) | | | | Pusdienas Lēcu zupa ar krējumu 1-2 [A07] (150g/112,1 kcal) Zivju teftelis 1-2 [A01, A03, A04, A07] (50g/100,0 kcal) Kartupeļu biezenis 1-2 [A07] (90g/79,1 kcal) Biešu salāti ar kons.zirnīšiem (a/e) 1-2 (50g/33,4 kcal) Rudzu maize 1-2 (10gr.) [A01] (10g/23,4 kcal) Sula 1-2 (100g/44,0 kcal) | | | |
| 18,4 | 42,6 | 7,2 | 314,2 | 21,3 | 36,9 | 9,8 | 323,7 | 21,0 | 46,2 | 10,9 | 371,4 | 22,6 | 58,7 | 7,0 | 392,0 |
| Launags Rauga pankūkas ar džemu 1-2 [A01, A03, A07] (160g/276,2 kcal) Piens 1-2 [A07] (150g/73,5 kcal) Āboli 1-2 (50g/26,3 kcal) | | | | Launags Dārzeņu kroketes ar krējumu 1-2 [A01, A03, A07] (160g/295,7 kcal) Kumelišu tēja 1-2 (150g/9,7 kcal) | | | | Launags Kartupeļu salāti ar zaļiem zirnīšiem 1-2 [A03, A07, A10] (150g/185,9 kcal) Rudzu maize 1-2 (10gr.) [A01] (10g/23,4 kcal) Melnā tēja 1-2 (150g/8,9 kcal) | | | | Launags Biezpiena sierīnš "Mazulis" 1-2 [A07] (40g/107,8 kcal) Citronu tēja 1-2 (150g/10,5 kcal) Āboli 1-2 (50g/26,3 kcal) Kukurūzas pārslas 1-2 [A01] (10g/29,5 kcal) | | | |
| 13,8 | 67,5 | 6,4 | 376,0 | 9,9 | 43,9 | 10,0 | 305,4 | 6,6 | 22,9 | 10,9 | 218,2 | 4,0 | 28,1 | 5,4 | 174,1 |
| Uzturvērtības kopā 39,1 147,0 19,7 914,4 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 43,9 131,9 30,3 976,0 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 40,2 123,1 31,2 942,9 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 36,9 134,7 21,8 880,2 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 9,6000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | |

Ēdienkarte nedēļai: 24.06.2024 - 28.06.2024

(2024.g) Draudzīgā aicinājuma vidusskola /PI/ Tartu iela 8

Grupa: 1-2 (St v)

| Otrdiena 25.06.2024 | | | | Trešdiena 26.06.2024 | | | | Ceturtdiena 27.06.2024 | | | | Piektdiena 28.06.2024 | | | |
|---|-------|-------|-------|--|-------|-------|-------|--|-------|-------|-------|--|-------|-------|-------|
| Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal |
| Brokastis 4.graudu biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/156,8 kcal) Melnā tēja 1-2 (150g/9,7 kcal) Rausis 1-2 [A01] (30g/57,7 kcal) | | | | Brokastis Miežu biezputra 1-2 [A07] (200g/153,1 kcal) Cigoriņu dzēriens ar pienu 1-2 [A07] (150g/47,0 kcal) Sviestmaize ar sieru 1-2 [A01, A07] (42g/119,5 kcal) Bumbieris 1-2 (50g/27,3 kcal) | | | | Brokastis Kviešu-auzu pārslu biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/152,7 kcal) Kakao ar pienu 1-2 [A07] (150g/53,3 kcal) Cepumi " Mājas "1-2 [A01] (30g/127,7 kcal) Apelsīni 1-2 (50g/19,6 kcal) | | | | Brokastis Mannas biezputra ar sald.ogām 1-2 [A01, A07] (200g/153,8 kcal) Kafijas dzēriens ar pienu 1-2 [A07] (150g/54,6 kcal) Sviestmaize ar gurķiem 1-2 [A01, A07] (61g/105,7 kcal) | | | |
| 6,9 | 36,9 | 6,1 | 224,2 | 12,7 | 51,1 | 10,5 | 346,9 | 12,6 | 54,0 | 9,4 | 353,3 | 10,3 | 47,9 | 9,4 | 314,1 |
| Pusdienas Sv.kāpostu zupa ar krējumu 1-2 [A07] (150g/57,8 kcal) Plovs ar gaļu 1-2 [A07] (150g/199,5 kcal) Svaigi gurķi 1-2 (51g/5,8 kcal) Rudzu maize 1-2 (10gr.) [A01] (10g/23,4 kcal) Sulas dzēriens 1-2 (100g/27,2 kcal) | | | | Pusdienas Borščs ar krējumu 1-2 [A07] (150g/57,5 kcal) Dabīgā šnicele 1-2 [A01, A03, A07] (60g/108,2 kcal) Kartupeļu-pupiņu biezenis 1-2 [A07] (110g/82,3 kcal) Burkānu salāti ar āboliem un zaļiem zirnīšiem (kr.) 1-2 [A07] (65g/40,0 kcal) Rudzu maize 1-2 (10gr.) [A01] (10g/23,4 kcal) Saldētu ogu dzēriens (upeņu) 1-2 (100g/12,3 kcal) | | | | Pusdienas Dārzeņu zupa ar sald.puķu kāpostiem 1-2 (150g/54,0 kcal) Ceptas vistas nageti 1-2 [A01, A03] (55g/114,5 kcal) Vārīti griķi (gar.) 1-2 [A07] (100g/121,2 kcal) Sv. tomātu salāti (o/e) 1-2 (50g/37,0 kcal) Rudzu maize 1-2 (10gr.) [A01] (10g/23,4 kcal) Ābolu-rabarberu dzēriens 1-2 (100g/21,3 kcal) | | | | Pusdienas Lēcu zupa ar krējumu 1-2 [A07] (150g/112,1 kcal) Zivju teffelis 1-2 [A01, A03, A04, A07] (50g/100,0 kcal) Kartupeļu biezenis 1-2 [A07] (90g/79,1 kcal) Biešu salāti ar kons.zirnīšiem (a/e) 1-2 (50g/33,4 kcal) Rudzu maize 1-2 (10gr.) [A01] (10g/23,4 kcal) Sula 1-2 (100g/44,0 kcal) | | | |
| 18,4 | 42,4 | 7,2 | 313,7 | 21,3 | 36,9 | 9,8 | 323,7 | 21,0 | 46,2 | 10,9 | 371,4 | 22,6 | 58,7 | 7,0 | 392,0 |
| Launags Rauga pankūkas ar džemu 1-2 [A01, A03, A07] (160g/276,2 kcal) Piens 1-2 [A07] (150g/73,5 kcal) Āboli 1-2 (50g/26,3 kcal) | | | | Launags Dārzeņu kroketes ar krējumu 1-2 [A01, A03, A07] (160g/295,7 kcal) Kumelišu tēja 1-2 (150g/9,7 kcal) | | | | Launags Kartupeļu salāti ar zaļiem zirnīšiem 1-2 [A03, A07, A10] (150g/185,9 kcal) Rudzu maize 1-2 (10gr.) [A01] (10g/23,4 kcal) Melnā tēja 1-2 (150g/8,9 kcal) | | | | Launags Biezpiena sieriņš "Mazulis" 1-2 [A07] (40g/107,8 kcal) Citronu tēja 1-2 (150g/10,5 kcal) Āboli 1-2 (50g/26,3 kcal) Kukurūzas pārslas 1-2 [A01] (10g/29,5 kcal) | | | |
| 13,8 | 67,5 | 6,4 | 376,0 | 9,9 | 43,9 | 10,0 | 305,4 | 6,6 | 22,9 | 10,9 | 218,2 | 4,0 | 28,1 | 5,4 | 174,1 |
| Uzturvērtības kopā 39,1 146,8 19,7 913,9 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 10,8000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 43,9 131,9 30,3 976,0 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 40,2 123,1 31,2 942,9 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 36,9 134,7 21,8 880,2 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 9,6000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | |

Ēdienkarte nedēļai: 24.06.2024 - 28.06.2024

(2024.g) Draudzīgā aicinājuma vidusskola /PI/ Tartu iela 8

Grupa: 3-6

| Otrdiena 25.06.2024 | | | | Trešdiena 26.06.2024 | | | | Ceturtdiena 27.06.2024 | | | | Piektdiena 28.06.2024 | | | |
|---|-------|-------|-------|---|-------|-------|-------|---|-------|-------|-------|--|-------|-------|-------|
| Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal |
| Brokastis 4.graudu biezputra 3-6 [A01, A07] (200g/160,1 kcal) Melnā tēja 3-6 (200g/7,8 kcal) Rausis 3-6 [A01] (35g/67,3 kcal) | | | | Brokastis Miežu biezputra 3-6 [A07] (200g/164,5 kcal) Cigoriņu dzēriens ar pienu 3-6 [A07] (200g/47,0 kcal) Sviestmaize ar sieru 3-6 [A01, A07] (52g/147,3 kcal) Bumbieris 3-6 (81g/43,8 kcal) | | | | Brokastis Kviešu-auzu pārslu biezputra 3-6 [A01, A07] (200g/160,1 kcal) Kakao ar pienu 3-6 [A07] (200g/53,3 kcal) Cepumi "Karamelīte" 3-6 [A01] (22g/70,8 kcal) Apelsīni 3-6 (80g/31,3 kcal) | | | | Brokastis Mannas biezputra ar sald.ogām 3-6 [A01, A07] (200g/162,5 kcal) Kafijas dzēriens ar pienu 3-6 [A07] (200g/43,2 kcal) Sviestmaize ar gurķiem 3-6 [A01, A07] (62g/108,7 kcal) | | | |
| 7,3 | 38,8 | 6,2 | 235,2 | 13,8 | 56,4 | 13,5 | 402,6 | 11,7 | 47,2 | 8,5 | 315,5 | 9,5 | 48,5 | 9,6 | 314,4 |
| Pusdienas Sv.kāpostu zupa ar krējumu 3-6 [A07] (200g/77,0 kcal) Plovs ar gaļu 3-6 [A07] (180g/249,7 kcal) Svaigi gurķi 3-6 (50g/5,7 kcal) Rudzū maize 3-6 (40gr.) [A01] (40g/93,7 kcal) Sulas dzēriens 3-6 (150g/34,2 kcal) | | | | Pusdienas Borščs ar krējumu 3-6 [A07] (200g/73,1 kcal) Dabīgā šnicele 3-6 [A01, A03, A07] (80g/132,0 kcal) Kartupeļu-pupiņu biezenis 3-6 [A07] (120g/106,3 kcal) Burkānu salāti ar āboliem un zaļiem zirnīšiem (o/e) 3-6 (50g/61,4 kcal) Rudzū maize 3-6 (40gr.) [A01] (40g/93,7 kcal) Saldētu ogu dzēriens (upeņu) 3-6 (150g/14,0 kcal) | | | | Pusdienas Dārzenū zupa ar sald.puķu kāpostiem 3-6 (200g/60,5 kcal) Ceptas vistas nageti 3-6 [A01, A03] (55g/114,5 kcal) Vārīti griķi (gar.) 3-6 [A07] (110g/164,0 kcal) Sv. tomāti 3-6 (50g/7,7 kcal) Rudzū maize 3-6 (25 gr.) [A01] (25g/58,6 kcal) Ābolu-rabarberu dzēriens 3-6 (150g/22,5 kcal) | | | | Pusdienas Lēcu zupa ar krējumu 3-6 [A07] (200g/109,4 kcal) Zivju kotlete 3-6 [A01, A03, A04] (50g/98,6 kcal) Kartupeļu biezenis 3-6 [A07] (100g/92,7 kcal) Biešu salāti ar kons.zirnīšiem (a/e) 3-6 (50g/36,1 kcal) Rudzū maize 3-6 (40gr.) [A01] (40g/93,7 kcal) Sula 3-6 (150g/66,0 kcal) | | | |
| 25,8 | 62,0 | 10,9 | 460,3 | 28,5 | 55,1 | 15,2 | 480,5 | 24,0 | 60,2 | 9,2 | 427,8 | 24,4 | 79,1 | 7,9 | 496,5 |
| Launags Rauga pankūkas ar džemu 3-6 [A01, A03, A07] (200g/326,4 kcal) Piens 3-6 [A07] (200g/98,0 kcal) Āboli 3-6 (83g/43,5 kcal) | | | | Launags Dārzenū kroketes ar krējumu 3-6 [A01, A03, A07] (180g/300,7 kcal) Kumelišu tēja 3-6 (200g/10,4 kcal) | | | | Launags Kartupeļu salāti ar zaļiem zirnīšiem 3-6 [A03, A07, A10] (180g/206,2 kcal) Rudzū maize 3-6 (20 gr.) [A01] (20g/46,8 kcal) Melnā tēja 3-6 (200g/10,4 kcal) | | | | Launags Biezpiena sieriņš "Mazulis" 3-6 [A07] (40g/107,8 kcal) Citronu tēja 3-6 (200g/10,9 kcal) Vīnogas 3-6 (80g/53,3 kcal) Kukurūzas pārslas 3-6 (10g/7,4 kcal) | | | |
| 16,8 | 84,2 | 7,9 | 467,9 | 10,1 | 45,1 | 10,0 | 311,1 | 8,6 | 29,8 | 11,8 | 263,4 | 4,0 | 29,8 | 5,3 | 179,4 |
| Uzturvērtības kopā 49,9 185,0 25,0 1163,4 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 52,4 156,6 38,7 1194,2 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 44,3 137,2 29,5 1006,7 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 37,9 157,4 22,8 990,3 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | |

Ēdienkarte nedēļai: 24.06.2024 - 28.06.2024

(2024.g) Draudzīgā aicinājuma vidusskola /PI/ Tartu iela 8

Grupa: 3-6 (St v)

| Otrdiena 25.06.2024 | | | | Trešdiena 26.06.2024 | | | | Ceturtdiena 27.06.2024 | | | | Piektdiena 28.06.2024 | | | |
|---|-------|-------|-------|---|-------|-------|-------|---|-------|-------|-------|--|-------|-------|-------|
| Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal | Olb. | Ogļh. | Tauki | Kcal |
| Brokastis 4.graudu biezputra 3-6 [A01, A07] (200g/160,1 kcal) Melnā tēja 3-6 (200g/7,8 kcal) Rausis 3-6 [A01] (35g/67,3 kcal) | | | | Brokastis Miežu biezputra 3-6 [A07] (200g/164,5 kcal) Cigoriņu dzēriens ar pienu 3-6 [A07] (200g/47,0 kcal) Sviestmaize ar sieru 3-6 [A01, A07] (52g/147,3 kcal) Bumbieris 3-6 (81g/43,8 kcal) | | | | Brokastis Kviešu-auzu pārslu biezputra 3-6 [A01, A07] (200g/160,1 kcal) Kakao ar pienu 3-6 [A07] (200g/58,5 kcal) Cepumi "Karamelīte" 3-6 [A01] (22g/70,8 kcal) Apelsīni 3-6 (80g/31,3 kcal) | | | | Brokastis Mannas biezputra ar sald.ogām 3-6 [A01, A07] (200g/162,5 kcal) Kafijas dzēriens ar pienu 3-6 [A07] (200g/43,2 kcal) Sviestmaize ar gurķiem 3-6 [A01, A07] (62g/108,7 kcal) | | | |
| 7,3 | 38,8 | 6,2 | 235,2 | 13,8 | 56,4 | 13,5 | 402,6 | 11,7 | 49,0 | 8,5 | 320,7 | 9,5 | 48,5 | 9,6 | 314,4 |
| Pusdienas Sv.kāpostu zupa ar krējumu 3-6 [A07] (200g/76,8 kcal) Plovs ar gaļu 3-6 [A07] (180g/249,7 kcal) Svaigi gurķi 3-6 (50g/5,7 kcal) Rudzu maize 3-6 (40gr.) [A01] (40g/93,7 kcal) Sulas dzēriens 3-6 (150g/34,2 kcal) | | | | Pusdienas Borščs ar krējumu 3-6 [A07] (200g/73,1 kcal) Dabīgā šnicele 3-6 [A01, A03, A07] (80g/132,0 kcal) Kartupeļu-pupiņu biezenis 3-6 [A07] (120g/106,3 kcal) Burkānu salāti ar āboliem un zaļiem zirnīšiem (o/e) 3-6 (50g/61,4 kcal) Rudzu maize 3-6 (40gr.) [A01] (40g/93,7 kcal) Saldētu ogu dzēriens (upeņu) 3-6 (150g/14,0 kcal) | | | | Pusdienas Dārzeņu zupa ar sald.puķu kāpostiem 3-6 (200g/60,5 kcal) Ceptas vistas nageti 3-6 [A01, A03] (55g/114,5 kcal) Vārīti griķi (gar.) 3-6 [A07] (110g/164,0 kcal) Sv. tomāti 3-6 (50g/7,7 kcal) Rudzu maize 3-6 (25 gr.) [A01] (25g/58,6 kcal) Ābolu-rabarberu dzēriens 3-6 (150g/27,0 kcal) | | | | Pusdienas Lēcu zupa ar krējumu 3-6 [A07] (200g/109,4 kcal) Zivju kotlete 3-6 [A01, A03, A04] (50g/98,6 kcal) Kartupeļu biezenis 3-6 [A07] (100g/92,7 kcal) Biešu salāti ar kons.zirnīšiem (a/e) 3-6 (50g/36,1 kcal) Rudzu maize 3-6 (40gr.) [A01] (40g/93,7 kcal) Sula 3-6 (150g/66,0 kcal) | | | |
| 25,8 | 62,0 | 10,9 | 460,1 | 28,5 | 55,1 | 15,2 | 480,5 | 24,0 | 61,8 | 9,2 | 432,3 | 24,4 | 79,1 | 7,9 | 496,5 |
| Launags Rauga pankūkas ar džemu 3-6 [A01, A03, A07] (200g/326,4 kcal) Piens 3-6 [A07] (200g/98,0 kcal) Āboli 3-6 (83g/43,5 kcal) | | | | Launags Dārzeņu kroketes ar krējumu 3-6 [A01, A03, A07] (180g/300,7 kcal) Kumelišu tēja 3-6 (200g/10,4 kcal) | | | | Launags Kartupeļu salāti ar zaļiem zirnīšiem 3-6 [A03, A07, A10] (180g/206,2 kcal) Rudzu maize 3-6 (20 gr.) [A01] (20g/46,8 kcal) Melnā tēja 3-6 (200g/13,0 kcal) | | | | Launags Biezpiena sieriņš "Mazulis" 3-6 [A07] (40g/107,8 kcal) Citronu tēja 3-6 (200g/10,9 kcal) Vīnogas 3-6 (80g/53,3 kcal) Kukurūzas pārslas 3-6 (10g/7,4 kcal) | | | |
| 16,8 | 84,2 | 7,9 | 467,9 | 10,1 | 45,1 | 10,0 | 311,1 | 8,6 | 30,7 | 11,8 | 266,0 | 4,0 | 29,8 | 5,3 | 179,4 |
| Uzturvērtības kopā 49,9 185,0 25,0 1163,2 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (880-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 52,4 156,6 38,7 1194,2 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (880-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 44,3 141,5 29,5 1019,0 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 15,8000 (22-44) (97-176) (29-52) (880-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | | Uzturvērtības kopā 37,9 157,4 22,8 990,3 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (880-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (1-11) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172 | | | |