

Daugavpils Draudzīgā aicinājuma vidusskola
(Aveņu iela 40, Valmieras iela 5)

Ēdienkarte
08.12. – 12.12.2025.

1. – 4. klases

		Svars	Cena EUR	Kcal.	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	
	Pirmdiena							
1.	Svaigi tomāti	1/60	0,36	12.84	0,66	0,12	2.28	
2.	Svaigu kāpostu zupa ar krējumu	200/10	0.29	91.01	1.83	5.19	9.23	7
3.	Vārīti makaroni ar gaļu	1/150/30	0.80	401.58	13.8	19,21	43.4	1
4.	Sulas dzēriens	1/180	0.27	58.57	0.22	-	14.43	
5.	Maize	1/40	0,12	94,28	3,2	0,36	19,56	1
6.	Auglis (apelsīns)	1/120	0.36	45.36	1.08	0.24	9.72	
			2,20	703.64	20.79	25.12	98.62	
	Otrdiena							
1.	Burkānu un redīsu salāti	1/60	0,27	38.62	0.53	3.06	2.25	
2.	Cūkgaļas gulašs	40/50	0,75	168.21	12.43	10.22	6.63	1
3.	Vārīti griķi	1/120	0,36	180.03	5.94	4.08	30.11	
4.	Kakao	1/180	0,24	74.45	3.05	2.91	9.01	7
5.	Maizīte "Skolas"	1/40	0,33	145.28	3.70	3.75	24.19	1,3,7
6.	Maize	1/20	0,06	47,14	1,6	0,18	9,78	1
7.	Auglis (banāns)	70	0.20	63.63	1.05	0.07	14.7	
			2,20	668.17	26.38	26.13	82.11	
	Trešdiena							
1.	Skābu kāpostu salāti	1/60	0,26	39.68	0.99	2.7	2,76	
2.	Zirņu zupa ar krējumu	200/10	0.31	142.53	4.96	6,27	14.01	7
3.	Mājas cepetis	150/40	1.06	357.29	11.97	22.20	25.74	
4.	Tēja ar citronu	1/180	0.11	18.59	0.08	-	4.76	
5.	Auglis (mandarīns)	110	0,38	42.13	0,9	-	8.91	
6.	Maize	1/20	0,08	47,14	1,6	0,18	9,78	1
			2,20	647.36	20.5	31.35	65.96	
	Ceturtdiena							
1.	Svaigi gurķi	1/30	0,23	3.16	0.24	0.03	0.48	
2.	Cepta vistas fileja ar sieru	1/65	1.05	211.09	18.12	12.95	6.16	
3.	Vārīti kartupeļi	1/150	0,34	109	3,2	0.16	23.68	
4.	Šokolādes krēms ar putukrējumu	50/15	0.47	184.02	2.91	14.52	11.58	7
5.	Tēja	1/180	0.05	18.01	-	-	9.78	
6.	Maize	1/20	0,06	47,14	1,6	0,18	9,78	1
			2,20	572.42	26.07	27.84	56.67	
	Piektdiena							
1.	Svaigi tomāti	1/60	0.36	12.84	0.66	0.12	2.28	
2.	Vistas gaļas zupa ar rīsiem	1/200	0.41	126.33	4.99	6.12	12.81	
3.	Vārīti cīsiņi	1/60	0.76	199.4	6.06	18.96	1.14	
4.	Vārīti makaroni	1/150	0.28	215.9	6.24	2.66	41.76	1
5.	Ogu dzēriens	1/180	0.27	29.48	0.29	0.14	6.76	
6.	Maize	1/40	0,12	94,28	3,2	9.36	19.56	1
			2.60	678.23	21.44	28.36	84.31	

Skolas piens 750 ml

Skolas auglis 300 gr

Alerģēni:

A01 Graudaugi, kas satur lipekli (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