

Ēdienkarte derīga līdz nomaīņai

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olīv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Launags	Mannas biezputra	A01;07	200	6.1	3	27.5	161
		Karamelizēti āboli		20	0.1	0.1	3.6	16
		Kliju maize ar sviestu	A01;07	15/4	1.3	3.8	6.7	70
		Zāļu tēja		150	0	0	0	0
		Cukurs		3	0	0	3	12
Kopā:					7.5	6.9	40.8	259
Otrdiena	Launags	Ābolu pankūkas	A01;03;07	100	3.8	6.9	25.9	181
		Ievārījums		10	0.1	0	6.1	25
		Zāļu tēja		150	0	0	0	0
		Cukurs		3	0	0	3	12
Kopā:					3.9	6.9	35	218
Trešdiena	Launags	Omlete, tomātu šķēlītes	A03,A07	80/20	7.3	9.5	2.3	124
		Kliju maize ar sviestu	A01;07	15/4	1.3	3.8	6.7	70
		Melnā tēja		150	0.3	0.1	0	2
		Cukurs		3	0	0	3	12
Kopā:					8.9	13.4	12	208
Ceturtdiena	Launags	Kliju maize ar sviestu un sieru	A01;07	15/4/20	5.7	8.7	6.7	128
		Kviešu maize ar sviestu un svaigu gurķi	A01;07	15/4/20	1.5	3.7	8.4	73
		Kakao ar pienu		150	3.4	2.8	8.7	74
Kopā:					10.6	15.2	23.8	274
Piektdiena	Launags	Graudaugu pārslas ar pienu	A01;07	30/150	6.4	4.5	27.1	175
		Auglis		80	0.3	0.5	9.1	42
Kopā:					6.7	5	36.2	217

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