

A. A. Jēgers 26.05.2024.
Žanna Kisiņcina 26.05.24

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 30.09-04.10.2024

| Pirmdiena | 1.-4. klasēm | | | | | 5.-12.klases | | | | | Alerģēni |
|--------------------------------------|--------------|----------|-------|----------|--------|--------------|----------|-------|----------|--------|-----------|
| | Daudz. gr. | Ol.balt. | Tauki | Ogļhidr. | kcla | Daudz. gr. | Ol.balt. | Tauki | Ogļhidr. | kcla | |
| Borščs ar pupiņām, krējumu | 150/5 | 6,1 | 4 | 11,9 | 110,36 | 150/5 | 6,1 | 4 | 11,9 | 110,36 | A07 |
| Vārīti griķi | 150 | 5,1 | 1,3 | 35,4 | 178,9 | 200 | 7,2 | 1,8 | 49,6 | 250,4 | |
| Maltās gaļas mērce | 50/50 | 13,8 | 13,2 | 9,1 | 250,6 | 50/50 | 13,8 | 13,2 | 9,1 | 250,6 | A01,07 |
| Burkānu salāti ar krējumu | 50 | 0,49 | 4,47 | 2,77 | 53,84 | 100 | 0,98 | 8,94 | 5,54 | 107,68 | A07 |
| Citronu dzēriens | 150 | 0,09 | 0,21 | 8,60 | 36,86 | 200 | 0,13 | 0,29 | 11,46 | 49,14 | |
| Rudzu maize | 30 | 1,86 | 0,30 | 13,74 | 65,00 | 40 | 2,48 | 0,40 | 18,32 | 86,67 | A01 |
| Kopā: | | 27,48 | 23,49 | 81,51 | 695,52 | Kopā | 30,69 | 28,67 | 105,89 | 854,85 | |
| 2. Otrdiena | 1.-4. klasēm | | | | | 5.-12.klases | | | | | |
| | Daudz. gr. | Ol.balt. | Tauki | Ogļhi. | kcla | Daudz. gr. | Ol.balt. | Tauki | Ogļhi. | kcla | Alerģēni |
| Vārīti kartupeļi | 150 | 1,4 | 4,51 | 19,23 | 149 | 200 | 1,87 | 6,01 | 25,64 | 198,66 | |
| Sautēta cūkgaļa piena mērcē | 50/50 | 9,72 | 13,23 | 5,81 | 202,32 | 50/50 | 9,72 | 13,23 | 5,81 | 202,32 | A01,07,09 |
| Tomātu-gurķu salāti | 50 | 0,46 | 3,10 | 2,12 | 36,68 | 100 | 0,92 | 6,20 | 4,24 | 73,36 | |
| Mannā biezputra ar ievārījumu | 100/15 | 6,20 | 3,30 | 45,20 | 223,20 | 100/5 | 6,20 | 3,30 | 45,20 | 223,20 | A01,07 |
| Vinogu dzēriens | 150 | 1,80 | 0,00 | 16,11 | 50,64 | 200 | 2,40 | 0,00 | 21,48 | 67,52 | |
| Rudzu maize | 30 | 1,86 | 0,30 | 13,74 | 65,00 | 40 | 2,48 | 0,40 | 18,32 | 86,67 | A01 |
| Kopā: | | 21,44 | 24,44 | 102,21 | 726,84 | Kopā | 23,59 | 29,14 | 120,69 | 851,73 | |
| Trešdiena | 1.-4. klasēm | | | | | 5.-12.klases | | | | | |
| | Daudz. gr. | Ol.balt. | Tauki | Ogļhi. | kcla | Daudz. gr. | Ol.balt. | Tauki | Ogļhi. | kcla | Alerģēni |
| Gulašu zupa | 150 | 6 | 6 | 7,35 | 126 | 200 | 8 | 8 | 9,8 | 168 | |
| Makaroni ar sieru | 200 | 14,00 | 12,00 | 46,00 | 328,00 | 200 | 14,00 | 12,00 | 46,00 | 328,00 | A01,07 |
| Marinēts gurķis | 50 | 0,80 | 2,50 | 5,34 | 59,97 | 150 | 2,40 | 7,50 | 16,02 | 179,91 | A09 |
| Vinogu dzēriens | 150 | 1,80 | 0,00 | 16,11 | 50,64 | 200 | 2,40 | 0,00 | 21,48 | 67,52 | |
| Rudzu maize | 30 | 1,86 | 0,30 | 13,74 | 65,00 | 40 | 2,48 | 0,40 | 18,32 | 86,67 | A01 |
| Kopā: | | 24,46 | 20,80 | 88,54 | 629,61 | Kopā | 29,28 | 27,90 | 111,62 | 830,10 | |
| Ceturtdiena | 1.-4. klasēm | | | | | 5.-12.klases | | | | | |
| | Daudz. gr. | Ol.balt. | Tauki | Ogļhi. | kcla | Daudz. gr. | Ol.balt. | Tauki | Ogļhi. | kcla | Alerģēni |
| Vārīti kartupeļi saldā krējuma mērcē | 150 | 3,05 | 7,2 | 17,88 | 189,65 | 200 | 4,07 | 9,6 | 23,84 | 252,89 | A07 |
| Cūkgaļas cisiņi 70% | 70 | 8,4 | 9,6 | 1,5 | 139,95 | 70 | 8,4 | 9,6 | 1,5 | 139,95 | |
| Svaiņu kāpostu-zaļumu salāti | 50 | 0,55 | 2,29 | 13,71 | 32,60 | 100 | 1,09 | 4,58 | 27,42 | 65,20 | |
| Ābolu-banānu krems ar ķiseli | 30/70 | 2,7 | 8,6 | 15,1 | 189,6 | 30/70 | 2,7 | 8,6 | 15,1 | 189,6 | A07 |
| Vinogu dzēriens | 150 | 1,80 | 0,00 | 16,11 | 50,64 | 200 | 2,40 | 0,00 | 21,48 | 67,52 | |
| Rudzu maize | 30 | 1,86 | 0,30 | 13,74 | 65,00 | 40 | 2,48 | 0,40 | 18,32 | 86,67 | A01 |
| Kopā: | | 18,36 | 27,99 | 78,06 | 667,47 | Kopā | 21,14 | 32,78 | 107,68 | 801,86 | |
| Piektdiena | 1.-4. klasēm | | | | | 5.-12.klases | | | | | |
| | Daudz. gr. | Ol.balt. | Tauki | Ogļhi. | kcla | Daudz. gr. | Ol.balt. | Tauki | Ogļhi. | kcla | Alerģēni |
| Skābeņu zupa | 150 | 5,97 | 4,98 | 13,57 | 128,63 | 250 | 9,95 | 8,3 | 22,62 | 214,38 | A07 |
| Vārīti makaroni | 150 | 5,69 | 6,15 | 44,66 | 202,32 | 150 | 5,69 | 6,15 | 44,66 | 202,32 | A01 |
| Cūkaļas bumbiņas tomātu mērcē | 70/50 | 11 | 11,12 | 11,61 | 185,96 | 70/50 | 11 | 11,12 | 11,61 | 185,96 | A01,03,07 |
| Marinētas bietes | 50 | 0,70 | 0,10 | 4,20 | 28,00 | 100 | 1,40 | 0,20 | 8,40 | 56,00 | A07 |
| Vinogu dzēriens | 150 | 1,80 | 0,00 | 16,11 | 50,64 | 200 | 2,40 | 0,00 | 21,48 | 67,52 | |
| Rudzu maize | 30 | 1,86 | 0,30 | 13,74 | 65,00 | 40 | 2,48 | 0,40 | 18,32 | 86,67 | A01 |
| Kopā: | | 27,02 | 22,65 | 103,89 | 660,55 | Kopā | 32,92 | 26,17 | 127,09 | 812,85 | |

Sastādīja : Ilze Leistmane

Ēdienkarte var tikt mainīta pamatotu iemeslu dēļ, par ko tiek izdarīti labojumi dienas sākumā.