

Vecākiem, kuru bērniem ir nepieciešama ārsta noteikta speciālā diēta (ir medicīnisks atzinums), lūdzam personīgi sazināties ar ēdnīcas vadītāju Baibu, tālr.:28216244.

Danis plus SIA

Nod. maks. reģ. kods: 45403053960

ĒDIENKARTE 1-4. klase

Datums	Ēdiena nosaukums	Alerģēni	Porcija, gr	Olbalt., gr	Tauki, gr	Ogļhidr., gr	Energ. vērtība (kcal)	Energ. kopā (kcal)
PIRMDIENA 16. novembris	Ābolu - karkādes dzēriens 150g./2020		150.g	0	0	22	88	
	Makaroni ar gaļu 200 g.	1	200 g.	13	12	38	310	
	rupjmaize 25 g	1	25 g	1	0	12	55	
	sv.burkānu salāti 50g		50g	1	9	3	98	
OTRDIENA 17. novembris	kefīrs 150g	6	150g	5	3	7	72	
	kotlete 60 g	1	60 g	8	12	4	160	
	krējuma mērce ar garšsākņēm 50g./2020	6, 1, 6	50 g.	2	4	4	61	
	rupjmaize 25 g	1	25 g	1	0	12	55	
	svaiņu kāpostu salāti 50g		1	1	2	3	29	
	vārīti kartupeļi 150 g		150 g	3	0	27	117	
TREŠDIENA 18. novembris	Ābolu - karkādes dzēriens 150g./2020		150.g	0	0	22	88	
	Karbonāde 50. g.	3, 1	50.g.	7	11	4	142	
	krējuma mērce ar	6, 1, 6	50 g.	2	4	4	61	

	garšsahnēm 50g./2020						
	ķirbju salāti 70. g.		70. g.	0	3	3	43
	rupjmaize 25 g	1	25 g	1	0	12	55
	vārīti rīsi 150 g		150 g	5	4	40	212
CETURTDIENA 19. novembris	biezpiens ar krējumu 70/30 g	6, 6	70/30 g	11	12	3	166
	krējums 20% 20 g	6	20 g	1	4	1	41
	marinēts gurķis 50 g		50 g	0	0	1	5
	rupjmaize 25 g	1	25 g	1	0	12	55
	vārīti kartupeļi 150 g		150 g	3	0	27	117
	vistas zupa ar nūdelēm 200 g	1	200 g	7	10	15	175
PIEKTDIENA 20. novembris	Ābolu - karkādes dzēriens 150g./2020		150.g	0	0	22	88
	biešu salāti 50g		50g	0	1	4	26
	malta gaļas mērce 50/50 g	6, 1	50/50 g	9	14	7	189
	rupjmaize 25 g	1	25 g	1	0	12	55
	vārīti griķi 150 g		150 g	9	2	49	249

Ēdieni satur alergēnus:

- 6 Piens un tā produkti**
- 1 Labība**
- 3 Olas un to produkti**

ĒDIENKARTE 5-12. KLASE

Datums	Ēdiena nosaukums	Alerģēni	Porcija, gr	Olbalt., gr	Tauki, gr	Ogļhidr., gr	Energ. vērtība (kcal)	Energ. kopā (kcal)
PIRMDIENA 16. novembris	Ābolu - karkādes dzēriens 200g./2020		200	0	0	29	118	
	makaroni ar gaļu 300 g	1	300 g	24	16	74	531	
	rudzu maize kuršu 40 g.	1	40 g.	2	0	19	89	
	svaigu burkānu salāti 70g./2020		70g.	1	5	8	83	
OTRDIENA 17. novembris	kefīrs 230 g.	6	230 g.	7	5	10	110	
	kotlete 80 g.	1	80 g.	9	20	6	240	
	krējuma mērce ar garšsāknēm 50g./2020	6, 1, 6	50 g.	2	4	4	61	
	rudzu maize kuršu 40 g.	1	40 g.	2	0	19	89	
	svaigu kāpostu sal 70 g		70 g	1	5	5	65	
	vārīti kartupeļi 300.g		300 g.	5	0	53	234	
TREŠDIENA 18. novembris	Ābolu - karkādes dzēriens 200g./2020		200	0	0	29	118	
	karbonade 75 g	3, 1	75 g	10	19	5	230	
	krējuma mērce ar garšsāknēm 50g./2020	6, 1, 6	50 g.	2	4	4	61	

	ķirbju salāti 70. g.		70. g.	0	3	3	43
	rudzu maize kuršu 40 g.	1	40 g.	2	0	19	89
	vārīti makaroni 200 g	1	200 g	10	1	58	284
CETURTDIENA 19. novembris	Ābolu dzēriens 200. g.		200g.	0	0	32	131
	biezpiens ar krējumu 100/40	6, 6	100/40	16	17	4	231
	krējums 20% 20 g	6	20 g	1	4	1	41
	marinēts gurķis 50 g		50 g	0	0	1	5
	rudzu maize kuršu 40 g.	1	40 g.	2	0	19	89
	vārīti kartupeļi 250g		1	4	0	45	195
	Vistas zupa ar nūdelēm 250 g	1	250 g	8	1	17	108
PIEKTDIENA 20. novembris	Ābolu - karkādes dzēriens 200g./2020		200	0	0	29	118
	biešu salāti 70 g		70 g	1	5	10	82
	malta gaļas mērce 50/90 g	1, 6	50/90 g	10	15	15	236
	rudzu maize kuršu 20.g.	1	20g.	1	0	10	45
	vārīti griķi 200 g		200 g	12	7	65	367

Ēdieni satur alergēnus:

- 6 Piens un tā produkti**
- 1 Labība**
- 3 Olas un to produkti**