



**Ēdienkarte**  
**Launags**  
**07.05.2024.-10.05.2024.**  
Ēdienkarte derīga līdz nomaīnai

**3.nedēļa**

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena</b>	<b>Launags</b>	Auzu pārslu biezputra	*A01;07	200	8,32	11,25	3,43	148
		Ievārījums		10	0,05	0,02	6,22	25
		Kakao ar pienu	*A07	150	2,28	1,81	2,96	37
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
<i>Kopā:</i>					<b>10,65</b>	<b>13,08</b>	<b>15,6</b>	<b>223</b>
<b>Otrdiena</b>	<b>Launags</b>	Biezpiens ar krējumu	*A07	80	12,1	3,4	1,6	85
		Kliju maize	*A01	13	1,53	0,48	5,98	34
		Melnā tēja		150	0,31	0,07	0,01	2
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
<i>Kopā:</i>					<b>13,94</b>	<b>3,95</b>	<b>10,58</b>	<b>134</b>
<b>Trešdiena</b>	<b>Launags</b>	Makaroni ar sieru	*A01,A07	100/20	8,1	12,2	23,1	235
		Zāļu tēja		150	0,31	0,07	0,01	2
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
<i>Kopā:</i>					<b>8,41</b>	<b>12,27</b>	<b>26,1</b>	<b>248</b>
<b>Ceturtdiena</b>	<b>Launags</b>	Prošas biezputra ar pienu un kanēli	*A07	200	6,6	3,15	37,63	205
		Ievārījums		10	0,05	0,02	6,22	25
		Zaļā tēja		150	0,31	0,07	0,01	2
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
<i>Kopā:</i>					<b>6,96</b>	<b>3,24</b>	<b>46,85</b>	<b>244</b>
<b>Piektdiena</b>	<b>Launags</b>	Olu kultenis ar dārzeņiem	*A03,07	120	8,58	11,32	6,54	162
		Kliju maize	*A01	13	1,53	0,48	5,98	34
		Melnā tēja		150	0,31	0,07	0,01	2
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
<i>Kopā:</i>					<b>10,42</b>	<b>11,87</b>	<b>15,52</b>	<b>211</b>

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