

| Datums             | Ēdienreize     | Ēdiena nosaukums             | Piezīmes | Daudzums | Olbv., g     | Tauki, g     | Ogļh., g     | Kcal.      |
|--------------------|----------------|------------------------------|----------|----------|--------------|--------------|--------------|------------|
| <b>Pirmdiena</b>   | <b>Launags</b> | Omlete                       | *A 03    | 80       | 7,1          | 7,7          | 1,8          | 105        |
|                    |                | Kliju maize                  | *A01     | 13       | 1,53         | 0,48         | 5,98         | 34         |
|                    |                | Sviests                      | *A07     | 3        | 0,02         | 2,46         | 0,03         | 22         |
|                    |                | Melnā tēja                   |          | 150      | 0,31         | 0,07         | 0,01         | 2          |
|                    |                | Cukurs                       |          | 3        | 0            | 0            | 2,99         | 12         |
| Kopā:              |                |                              |          |          | <b>8,96</b>  | <b>10,71</b> | <b>10,81</b> | <b>175</b> |
| <b>Otrdiena</b>    | <b>Launags</b> | Auzu pārslu biezputra        | *A01;07  | 200      | 5,72         | 3,5          | 21,96        | 142        |
|                    |                | Blenderētas ogas ar cukuru   |          | 20       | 0,19         | 0,03         | 7,08         | 29         |
|                    |                | Melnā tēja                   |          | 150      | 0,31         | 0,07         | 0,01         | 2          |
|                    |                | Cukurs                       |          | 3        | 0            | 0            | 2,99         | 12         |
| Kopā:              |                |                              |          |          | <b>6,22</b>  | <b>3,6</b>   | <b>32,04</b> | <b>185</b> |
| <b>Trešdiena</b>   | <b>Launags</b> | Biezpiens ar krējumu         | *A07     | 80       | 12,1         | 3,4          | 1,6          | 85         |
|                    |                | Kliju maize                  | *A01     | 26       | 3            | 0,96         | 11,9         | 68         |
|                    |                | Melnā tēja                   |          | 150      | 0,31         | 0,07         | 0,01         | 2          |
|                    |                | Cukurs                       |          | 3        | 0            | 0            | 2,99         | 12         |
| Kopā:              |                |                              |          |          | <b>15,41</b> | <b>4,43</b>  | <b>16,5</b>  | <b>168</b> |
| <b>Ceturtdiena</b> | <b>Launags</b> | Prosas biezputra             | *A01;07  | 200      | 5,72         | 3,5          | 21,96        | 142        |
|                    |                | Blenderētas ogas ar cukuru   |          | 20       | 0,19         | 0,03         | 7,08         | 29         |
|                    |                | Melnā tēja                   |          | 150      | 0,31         | 0,07         | 0,01         | 2          |
|                    |                | Cukurs                       |          | 3        | 0            | 0            | 2,99         | 12         |
| Kopā:              |                |                              |          |          | <b>6,22</b>  | <b>3,6</b>   | <b>32,04</b> | <b>185</b> |
| <b>Piektdiena</b>  | <b>Launags</b> | Graudaugu pārslas ar jogurtu | *A01,07  | 30/150   | 6,4          | 4,5          | 27,1         | 175        |
|                    |                | Auglis                       |          | 100      | 0,3          | 0,6          | 13,4         | 60         |
| Kopā:              |                |                              |          |          | <b>6,7</b>   | <b>5,1</b>   | <b>40,5</b>  | <b>235</b> |

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