



Ēdienkarte
Launags
27.10.2025.-31.10.2025.
Ēdienkarte derīga līdz nomaīnai

3.nedēļa

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Alerģēni	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Launags	Kukurūzas biezputra	<i>A01;07</i>	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
<i>Kopā:</i>					6,22	3,6	32,04	185
Otrdiena	Launags	Biezpiena sacepums	<i>A01;07</i>	100	14,5	8,4	13,8	189
		Melnā tēja		150	0,31	0,07	0,01	2
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
<i>Kopā:</i>					14,81	8,47	16,8	203
Trešdiena	Launags	Karstmaize ar sieru un desu	<i>A01,07</i>	70	8,1	14,4	17,1	230
		Karkadē tēja		150	0,24	0,07	0,62	4
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
<i>Kopā:</i>					8,34	14,47	20,71	246
Ceturtdiena	Launags	Makaroni ar sieru	<i>A01,A07</i>	130/20	10	5,3	30	208
		Melnā tēja		150	0,31	0,07	0,01	2
		Citrons		3	0,02	0,02	0,1	1
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
<i>Kopā:</i>					10,33	5,39	33,1	222
Piektdiena	Launags	Piena zupa ar nūdelēm	<i>A01;07</i>	250	7,99	5,56	24,2	179
		Kliju maize	<i>A01</i>	13	1,53	0,48	5,98	34
		Sviests	<i>A07</i>	3	0,02	2,46	0,03	22
<i>Kopā:</i>					9,54	8,5	30,21	236

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