

Ēdienkarte derīga līdz nomaīnai

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Alerģēni	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Oglh., g	Kcal.
Pirmdiena	Launags	Mannas biezputra	A01;07	200	4,78	1,99	21,31	122
		Karamelizēti āboli		20	0,1	0,1	3,6	16
		Kliju maize ar sviestu	A01;07	15/4	1,3	3,8	6,7	
		Zāļu tēja		150	0	0	0	0
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
Kopā:					6,18	5,89	34,6	150
Otrdiena	Launags	Biezpiens ar krējumu	A07	80	11,1	8,6	2,2	131
		Kliju maize	A01	15	1,3	0,5	6,7	37
		Zāļu tēja		150	0	0	0	0
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
Kopā:					12,4	9,1	11,89	179
Trešdiena	Launags	Omlete, svaigu tomātu šķēlītes	A03,A07	100/30	9,2	9,7	2,7	135
		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:					11,06	12,71	11,71	205
Ceturtdiena	Launags	Rīsu biezputra	*A07	200	4,7	2,4	28,5	154
		Blenderētas ogas ar cukuru		20	0,1	0	7	28
		Kakao ar pienu	A07	150	3,4	2,8	8	71
Kopā:					8,2	5,2	43,5	254
Piektdiena	Launags	Graudaugu pārslas ar pienu	A01;07	30/150	6,4	4,5	27,1	175
		Auglis		70	0,8	0,1	15,3	65
Kopā:					7,2	4,6	42,4	240

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