

Ēdienkarte derīga līdz nomaīnai

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olīv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Launags	Rīsu biezputra	*A07	200	4,7	2,4	28,5	154
		Blenderētas ogas ar cukuru		20	0,1	0	7	28
		Zāļu tēja		150	0	0	0	0
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
Kopā:					4,8	2,4	38,49	195
Otrdiena	Launags	Graudaugu pārslas ar jogurtu	*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
Trešdiena	Launags	Auzu pārslu biezputra	A01;07	200	7	4,1	27,5	175
		Blenderētas ogas ar cukuru		20	0,1	0	7	28
		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:					8,96	7,11	43,51	274
Ceturtdiena	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
Piektdiena	Launags	Karstmaize ar sieru un desu	*A01,A03, A07	60	8,7	11	13,7	189
		Zāļu tēja		150	0	0	0	0
		Cukurs		3	0	0	2,99	12
Kopā:					8,7	11	16,69	201

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