



Salaspils 1. vidusskola

Launags

21.05.2018

25.05.2018

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Launags	Rauga pankūkas ar ievārījumu	*A03, A01;A07	100/15	8,8	17,1	43,7	364
		Karkadē tēja ar cukuru		200	0,1	0	8	32
<i>Kopā:</i>					8,9	17,1	51,7	396
Otrdiena	Launags	Rosols ar desu	*A03;A07	130	8,5	19,9	13,4	267
		Saldskābā maize	*A01	20	1,8	0,3	9,8	49
		Zaļā tēja ar cukuru		200	0,1	0	8	32
<i>Kopā:</i>					10,4	20,2	31,2	348
Trešdiena	Launags	Sviestmaize ar svaigo sieru	*A07;A01	85	7,2	10,6	18,5	198
		Tēja (melnā) ar cukuru		200	0,1	0	11,3	46
<i>Kopā:</i>					7,3	10,6	29,8	244
Ceturtdiena	Launags	Auzu pārslu biežputra ar sviestu	*A07;A01	200/10	5,9	12,3	25,8	238
		Tēja ar cukuru		200/10	0,1	0	11,3	46
<i>Kopā:</i>					6	12,3	37,1	284
Piekdiena	Launags	Biezpiena sacepums ar krējumu	*A07;A01	80/10	9,5	10,2	17,3	199
		Zaļā tēja ar cukuru		200	0,1	0	14	56
<i>Kopā:</i>					9,6	10,2	31,3	255