



Ēdienkarte

No **05-janv.-22**Līdz **07-janv.-22**

Žaks 2 SIA Launaga ēdienkarte (1.-4.kl.)

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Trešdiena		28	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Putots ābolu deserts ar kanēli	*A07	70 gr. (+/- 10%)	0.7	7.6	12.5	117	
Saldā dzērveņu mērce		130 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	19.7	79	
Kopā :			0.7	7.6	32.2	196	
Ceturtdiena		29	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Pasta ar rīvētu puscieto sieru	*A01,A07	110 gr. (+/- 10%)	9.7	16.0	18.5	257	
Tēja ar citronu		200 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	7.9	31	
Auglis		100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	13.4	54	
Kopā :			10.4	16.7	39.8	341	
Piektdiena		28	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Karstmaize ar sieru un desu	*A01,A03,A07,A10	70 gr. (+/- 10%)	8.2	14.8	16.3	229	
Tēja		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
Kopā :			8.6	14.9	24.7	261	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / ↓

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	19.8	39.2	96.6	799