



Ēdienkarte

No **09-maijs-22**Līdz **13-maijs-22**

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

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

Pirmdiena		25	Svars	Uzturvērtības porcija			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Omlete	*A03,A07	70 gr. (+/- 10%)	6.3	8.2	1.5	105	
Kliju maize ar sviestu	*A01,A07	18 gr. (+/- 10%)	2.1	3.2	8.3	72	
Tēja		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
Kopā :			8.8	11.4	18.1	209	
Otrdiena		26	Svars	Uzturvērtības porcija			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Biezpiena plācenīši	*A01,A03,A07	70 gr. (+/- 10%)	11.6	6.1	13.1	157	
Skābais krējums	*A07	10 gr. (+/- 10%)	0.3	2.0	0.3	21	
Tēja		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
Kopā :			12.2	8.2	21.7	210	
Trešdiena		26	Svars	Uzturvērtības porcija			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Piena zupa ar miežu putrainiem	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	5.1	4.8	18.7	134	
Kliju maize ar sviestu	*A01,A07	18 gr. (+/- 10%)	2.1	3.2	8.3	72	
Kopā :			7.3	7.9	27.0	206	
Ceturtdiena		29	Svars	Uzturvērtības porcija			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Karstmaize ar sieru un burkāniem	*A01,A03,A07,A10	70 gr. (+/- 10%)	6.9	12.7	17.3	210	
Zāļu tēja		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	5.3	21	
Kopā :			6.9	12.7	22.6	231	
Piektdiena		27	Svars	Uzturvērtības porcija			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Pasta ar rīvētu puscieto sieru	*A01,A07	115 gr. (+/- 10%)	6.9	9.9	23.1	209	
Tēja ar citronu		150 gr. (+/- 10%)	0.3	0.1	5.9	23	
Auglis		50 gr. (+/- 10%)	0.2	0.3	6.7	27	
Kopā :			7.4	10.3	35.7	259	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / ↓

	Olbalt.	/	Tauki	/	Ogļhidr.	/	Kcal.
Kartē	42.6		50.4		125.2		1115