



Ēdienkarte

No **19-apr.-22**Līdz **22-apr.-22**

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

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

Otrdiena		20	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	
Trešdiena		23	Svars	Uzturvērtības porcija			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Biezpiena plācenīši	*A01,A03,A07	70 gr. (+/- 10%)	11.4	5.0	10.1	134	
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 :			12.1	7.1	18.7	187	
Ceturtdiena		23	Svars	Uzturvērtības porcija			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Piena zupa ar miežu putrainiem	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	5.1	4.8	18.7	134	
Kviešu maize ar sviestu	*A01,A07	18 gr. (+/- 10%)	1.3	2.9	8.1	62	
Kopā :			6.4	7.6	26.7	196	
Ceturtdiena		23	Svars	Uzturvērtības porcija			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Karstmaize ar sieru un desu	*A01,A03,A07,A10	60 gr. (+/- 10%)	7.0	12.7	14.0	196	
Tēja		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
Auglis		50 gr. (+/- 10%)	0.2	0.3	6.7	27	
Kopā :			7.6	13.1	29.0	256	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / ↓

	Olbalt.	/	Tauki	/	Ogļhidr.	/	Kcal.
Kartē	34.9		39.2		92.6		848