



Ēdienkarte

No **11-apr.-22**Līdz **14-apr.-22**

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

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

Pirmdiena		27	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Biezpiens ar krējumu	*A07	60 gr. (+/- 10%)	9.1	2.5	1.2	66	
Graudu maize	*A01	18 gr. (+/- 10%)	1.9	0.8	9.2	54	
Tēja		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
Kopā :			11.4	3.4	18.7	152	
Otrdiena		27	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Biezpiena un ābolu sacepums	*A01,A03,A07	80 gr. (+/- 10%)	10.6	5.1	19.5	167	
Tēja		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
Kopā :			11.0	5.2	27.8	199	
Trešdiena		27	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Piena zupa ar makaroniem	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	7.9	3.4	29.1	177	
Kliju maize ar sviestu	*A01,A07	18 gr. (+/- 10%)	2.1	3.2	8.3	72	
Kopā :			10.0	6.5	37.4	249	
Ceturtdiena		28	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Rauga mīklas pufīgās pankūkas	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	5.5	8.6	28.8	217	
Ievārijums		10 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	6.1	25	
Tēja		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
Kopā :			5.9	8.7	43.3	274	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / ↓

	Olbalt.	/	Tauki	/	Ogļhidr.	/	Kcal.
Kartē	38.2		23.9		127.2		875