



Rīgas Daugavgrīvas vidusskola

1.-4.klašu audzēkņi

02.09.2019

06.09.2019

1.nedēļa

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olīv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Launags	Sviestmaize ar skolas	*A01;A07	20/3/20	7.5	9.6	14.8	176
		desu	*A07	200	5.6	6	10.5	118
<i>Kopā:</i>					13.1	15.6	25.3	294
Otrdiena	Launags	Mannā biezputra ar	*A01;A07	200/15	6.4	3.5	37.6	208
		ievārījumu		200	0.1	0	8.5	34
<i>Kopā:</i>					6.5	3.5	46.1	242
Trešdiena	Launags	Pupiņu salāti	*A03;A07	150	9.8	14.3	13.6	222
		Maize	*A01	18	0.1	0.1	6.9	29
		Zāļu tēja ar cukuru		200	0	0	9.5	38
<i>Kopā:</i>					9.9	14.4	30	289
Ceturtdiena	Launags	Auzu pārslu biezputra ar	*A01;A07	200/5	8.8	12.4	33.9	282
		sviestu		200	0	0	8.1	32
<i>Kopā:</i>					8.8	12.4	42	315
Piektdiena	Launags	Rauga pankūkas ar skābo	*A01;A03;	100/20	7.2	12.7	36.5	289
		krējumu	A07	200	0.1	0	8	32
<i>Kopā:</i>					7.3	12.7	44.5	322