

Ludzas Mūzikas pamatskolas kafejnīcas

Ēdienkarte no 2025.gada 22.aprīļa līdz 25.aprīlim

PIRMDIENA

	Svars, g	Olbaltum.	Ogļhidr.	Tauki	Kcal
Kopā:		0,00	0,00	0,00	0,00
Pēc normām:		12-26	55-113	16-29	490-750

OTRDIENA

	Svars, g	Olbaltum.	Ogļhidr.	Tauki	Kcal
Zemnieku zupa*1	250	5,13	15,75	5,75	106,75
Gulašs ar griķiem, burkānu sālāti*2	100/120/60	13,40	36,10	23,30	309,80
Maize *2	30	2,30	14,40	0,30	69,30
Kompots	150	0,10	13,00	0,20	54,80
Kopā:		20,93	79,25	29,55	540,65
Pēc normām:		12-26	55-113	16-29	490-750

TREŠDIENA

	Svars, g	Olbaltum.	Ogļhidr.	Tauki	Kcal
Kartupeļu-rīsu zupa*1	250	7,30	19,75	10,00	159,87
Vistas filēja ar kartupeļiem, kāpostu sālāti	60/130/60	24,74	55,10	24,00	302,70
Maize *2	30	2,30	14,40	0,30	69,30
Kompots	150	0,10	13,00	0,20	54,80
Kopā:		34,44	102,25	34,50	586,67
Pēc normām:		12-26	55-113	16-29	490-750

CETURTDIENA

	Svars, g	Olbaltum.	Ogļhidr.	Tauki	Kcal
Borščs*1	250/10	5,88	14,50	6,25	110,38
Biezpiena plācenīši*1*2*3	100/15	16,02	24,88	8,20	237,60
Maize *2	30	2,30	14,40	0,30	69,30
Piens*1	250	7,50	5,00	11,75	123,00
Kopā:		31,70	58,78	26,50	540,28
Pēc normām:		12-26	55-113	16-29	490-750

PIEKTDIENA

	Svars, g	Olbaltum.	Ogļhidr.	Tauki	Kcal
Biezpiena putukrējums ar ķīseli*1	80/120	7,30	24,90	12,70	252,10
Makaroni ar sieru	130	12,70	32,40	7,60	122,10
Maize *2	30	2,30	14,40	0,30	69,30
Banāni	100	1,50	21,00	0,10	90,90
Kopā:		23,80	92,70	20,70	534,40
Pēc normām:		12-26	55-113	16-29	490-750

Saskaņots ar direktori

Sastādīja:

*1 Piens un piena produkti

*2 Labības produkti, kas satur kviešu lipekli (kviešu, rudzu, miežu, auzas un to produkti)

*3 Olas