

Ludzas Mūzikas pamatskolas kafejnīcas

Ēdienkarte no 2026.gada 27.aprīļa līdz 30.aprīlim

PIRMDIENA					
	Svars, g	Olbaltum.	Ogļhidr.	Tauki	Kcal
Svaigo kāpostu zupa*1	250	5,00	11,00	8,75	114,63
Makaroni ar gaļu, burkānu salāti*1*2	150/60	18,45	5,90	25,85	249,55
Maize *2	30	2,30	14,40	0,30	69,30
Piens*1	250	7,50	5,00	11,75	123,00
Kopā:		33,25	36,30	46,65	556,48
Pēc normām:		<i>12-26</i>	<i>55-113</i>	<i>16-29</i>	<i>490-750</i>
OTRDIENA					
	Svars, g	Olbaltum.	Ogļhidr.	Tauki	Kcal
Zemnieku zupa*1	250	5,13	15,75	5,75	106,75
Kotlete ar rīsiem, kāpostu salāti*2	60/100/60	24,74	38,50	24,00	302,70
Maize *2	30	2,30	14,40	0,30	69,30
Ābolu kompots	200	0,13	17,30	0,25	73,06
Kopā:		32,30	85,95	30,30	551,81
Pēc normām:		<i>12-26</i>	<i>55-113</i>	<i>16-29</i>	<i>490-750</i>
TREŠDIENA					
	Svars, g	Olbaltum.	Ogļhidr.	Tauki	Kcal
Kartupeļu - rīsu zupa*1	250	9,13	19,75	10,00	159,18
Viltotie kāpostu tīteņi ar kartupeļiem	200/100	13,69	28,32	21,42	252,42
Maize *2	30	2,30	14,40	0,30	69,30
Ābolu kompots	200	0,13	17,30	0,25	73,06
Augļi	120	0,30	7,80	0,60	38,40
Kopā:		25,55	87,57	32,57	592,36
Pēc normām:		<i>12-26</i>	<i>55-113</i>	<i>16-29</i>	<i>490-750</i>
CETURTDIENA					
	Svars, g	Olbaltum.	Ogļhidr.	Tauki	Kcal
Borščs*1	250	5,88	14,50	6,25	110,38
Pankūkas ar biezpienu un krējumu*1*3	150	17,40	44,90	16,00	314,50
Maize *2	30	2,30	14,40	0,30	69,30
Piens*1	250	7,50	5,00	11,75	123,00
Kopā:		33,08	78,80	34,30	617,18
Pēc normām:		<i>12-26</i>	<i>55-113</i>	<i>16-29</i>	<i>490-750</i>
PIEKTDIENA					
	Svars, g	Olbaltum.	Ogļhidr.	Tauki	Kcal
Kopā:		0,00	58,90	0,00	553,40
Pēc normām:		<i>12-26</i>	<i>55-113</i>	<i>16-29</i>	<i>490-750</i>

Saskaņots ar direktori

Sastādīja:

*1 Piens un piena produkti

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

*3 Olas