

## Launagu ēdienkarte Nr.2

Diena	Ēdiena nosaukums	Daudzums, gr.	Uzturvērtības porcijā			
			Olbaltum- vielas, gr.	Tauki, gr.	Ogļhidrāti, gr.	Enerģētiskā vērtība, kcal
Pirmdiena	Jogurts /A07/	150	4,80	2,25	18,00	111,00
	Kukurūzas pārslas /A01,A05,A06,A07,A08/	25	1,98	0,30	21,25	97,00
	Graudu maizīte ar sieru /A01,A07,A11/	20/5/15	5,91	7,24	9,22	128,00
	Tēja ar cukuru	200	0,01	0,00	3,01	12,00
		<b>kopā:</b>	<b>12,70</b>	<b>9,79</b>	<b>51,48</b>	<b>348,00</b>
Otrdiena	Piena zupa ar makaroniņiem /A01,A07/	200	5,20	5,30	19,70	150,00
	Maizīte ar desu /A01,A07/	40	2,70	4,20	11,70	97,00
		<b>kopā:</b>	<b>7,90</b>	<b>9,50</b>	<b>31,40</b>	<b>247,00</b>
Trešdiena	Apcepti kartupeļi ar cīsiņiem /A01, A07/ un krējumu /A07/	150/46/20	9,50	20,90	26,50	335,00
	Tēja ar cukuru	200	0,01	0,00	3,00	12,00
		<b>kopā:</b>	<b>9,51</b>	<b>20,90</b>	<b>29,50</b>	<b>347,00</b>
Ceturtdiena	Mannā biežputra ar ievārījumu /A01,A07/	200/15	6,77	2,97	48,29	251,90
	Maizīte ar sviestu /A01,A07,A11/	20/3	2,46	4,54	8,98	88,89
	Tēja ar cukuru	200	0,01	0,00	3,00	12,00
		<b>kopā:</b>	<b>9,24</b>	<b>7,51</b>	<b>60,27</b>	<b>352,79</b>
Piektdiena	Biezpiens ar krējumu /A07/	100	17,60	5,00	3,30	128,00
	Sviestmaizīte ar svaigu gurķi /A01,A07,A11/	45	2,60	4,60	9,30	91,00
	Tēja ar cukuru	200	0,01	0,00	3,00	12,00
		<b>kopā:</b>	<b>20,21</b>	<b>9,60</b>	<b>15,60</b>	<b>231,00</b>