

Ēdienkarte nedēļai: 28.04.2025 - 04.05.2025

Birzgales pamatskola
Grupa: 1-4 klase

Pirmdiena 28.04.2025				Cena,
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	EUR
Pusdienas				1,84
				0,52
				0,34
				0,04
				0,03
				0,09
				0,29
				0,32
				0,01
				0,20
43,0	153,6	12,1	896,0	
Uzturvērtības kopā				
43,0	153,6	12,1	896,0	
Sāls(g): 0,9000 ; Cukurs(g): 3,0000				
(12-28)	(55-113)	(16-29)	(490-750)	
Sāls(g): (2-3) ; Cukurs(g): (20-20)				
Nav atbilstošu MK noteikumu				

Otrdiena 29.04.2025				Cena,
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	EUR
Pusdienas				1,70
				0,59
				0,33
				0,06
				0,04
				0,38
				0,01
				0,29
20,9	91,7	31,2	729,1	
Uzturvērtības kopā				
20,9	91,7	31,2	729,1	
Sāls(g): 1,0000 ; Cukurs(g): 13,0000				
(12-28)	(55-113)	(16-29)	(490-750)	
Sāls(g): (2-3) ; Cukurs(g): (20-20)				
Nav atbilstošu MK noteikumu				

Trešdiena 30.04.2025				Cena,
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	EUR
Pusdienas				1,87
				0,22
				0,41
				0,26
				0,06
				0,04
				0,22
				0,46
				0,20
34,2	122,3	22,3	824,8	
Uzturvērtības kopā				
34,2	122,3	22,3	824,8	
Sāls(g): 0,9000 ; Cukurs(g): 3,0000				
(12-28)	(55-113)	(16-29)	(490-750)	
Sāls(g): (2-3) ; Cukurs(g): (20-20)				
Nav atbilstošu MK noteikumu				

Produktu daudzums nedēļā: Augļi un ogas 472g; Dārzeņi 227g; Kartupeļi 251g; Liesa gaļa vai zivs (fileja) 169g; Piens, kefīrs, jogurts vai citi skābpiena produkti 112g;

Sagatavoja: Pavārs Marika Tampa