

Kopā: 249.04 13.588 15.229 13.368 0.001 0. 0.836

ceturtdiena, 23.marts

Pusdienas

Buljons ar makaroniem	200	152	3.6374	13.435	4.4256	0	0	0	
Krāsni cepti dārzeņi	90	64	1.6069	4.8578	3.3223	0.0007	0	2.5037	
Vārīti rīsi	180	204	4.0392	0.3564	46.1538	0.0002	0	0.8316	
Burkānu salāti ar majonēzi	70	72	0.9834	5.9664	3.3873	0.0002	0	2.016	10;3;7
Jāņogu dzēriens	200	29	0.447	0.086	5.944	0	0.004	1.4	
Piens	200	96	6.4	4.	9.	0	0	0	7
Kopā:		617.3	17.114	28.702	72.233	0.001	0.004	6.751	

Launags

Biezpiena smalkmaizīte (70g)	70	208	6.964	7.0546	28.5259	0.0004	0.0088	0.0283	1;3;7
Kakao dzēriens	200	98	6.4332	4.433	8.4672	0	0	1.0336	7
Cukurs baltais	5	20	0	0	4.99	0	0.005	0	
Dārzeņu asorti	0	0	0	0	0	0	0	0	
Kopā:		325.669	13.397	11.488	41.983	0.	0.014	1.062	

piektdiena, 24.marts

Pusdienas

Veģetārā soļanka	200	104	2.1196	5.7502	10.6364	0.0014	0	2.961	9
Krējums skābs	5	10	0.13	1.	0.135	0	0	0	7
Vārīti kartupeļi	180	134	3.816	0.1908	28.2384	0.0002	0	4.0068	
Mannas un siera plācenītis	70	197	5.2298	14.0355	12.1193	0.0004	0.0007	0.0131	1;7
Saldā krējuma mērce ar ķiploku	50	54	0.3872	5.2666	1.1762	0	0	0.0341	1;7
Dārzeņu salāti ar eļļas mērci	100	49	1.058	2.242	5.898	0.0003	0.001	2.862	
Ābolu sulas dzēriens	200	69	0.1	0	17.088	0	0.006	0	
Kopā:		616.171	12.841	28.485	75.291	0.002	0.008	9.877	

Launags

Biezpiena plācenītis ar burkāniem	120	228	15.7405	7.8557	23.0483	0.0004	0.0076	0.8287	1;3;7
levārijums	10	14	0.1	0.01	3.9	0	0	0	
Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27	0	0	0	7
Zāļu tēja	200	4	0.0624	0.1224	0.0192	0	0	0	
Kopā:		265.396	16.163	9.988	27.238	0.	0.008	0.829	

Kopā: 249.04 13.588 15.229 13.368 0.001 0. 0.836

ceturtdiena, 23.marts

Pusdienas

Buljons ar makaroniem	250	190	4.5468	16.7938	5.532	0	0	0	
Krāsni cepti dārzeņi	120	85	2.1425	6.477	4.4297	0.001	0	3.3383	
Vārīti rīsi	200	227	4.488	0.396	51.282	0.0002	0	0.924	
Burkānu salāti ar majonēzi	100	102	1.4048	8.5235	4.839	0.0002	0	2.88	10;3;7
Jāņogu dzēriens	200	29	0.447	0.086	5.944	0	0.004	1.4	
Piens	200	96	6.4	4.	9.	0	0	0	7

Kopā: 770.999 21.244 36.681 88.122 0.001 0.004 9.412

Launags

Biezpiena smalkmaizīte (70g)	70	208	6.964	7.0546	28.5259	0.0004	0.0088	0.0283	1;3;7
Kakao dzēriens	200	98	6.4332	4.433	8.4672	0	0	1.0336	7
Cukurs baltais	5	20	0	0	4.99	0	0.005	0	
Dārzeņu assorti	0	0	0	0	0	0	0	0	

Kopā: 325.669 13.397 11.488 41.983 0. 0.014 1.062

piektdiena, 24.marts

Pusdienas

Veģetārā soļanka	250	130	2.6495	7.1877	13.2955	0.0018	0	3.7012	9
Krējums skābs	5	10	0.13	1.	0.135	0	0	0	7
Vārīti kartupeļi	230	171	4.876	0.2438	36.0824	0.0002	0	5.1198	
Mannas un siera plācenītis	80	225	5.9769	16.0406	13.8506	0.0004	0.0008	0.015	1;7
Saldā krējuma mērce ar ķiploku	50	54	0.3872	5.2666	1.1762	0	0	0.0341	1;7
Dārzeņu salāti ar eļļas mērci	120	59	1.2696	2.6904	7.0776	0.0004	0.0012	3.4344	
Ābolu sulas dzēriens	200	69	0.1	0	17.088	0	0.006	0	

Kopā: 900.455 20.429 33.229 127.105 0.003 0.008 15.905

Launags

Biezpiena plācenītis ar burkāniem	120	228	15.7405	7.8557	23.0483	0.0004	0.0076	0.8287	1;3;7
levārijums	10	14	0.1	0.01	3.9	0	0	0	
Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27	0	0	0	7
Zāļu tēja	200	4	0.0624	0.1224	0.0192	0	0	0	

Kopā: 265.396 16.163 9.988 27.238 0. 0.008 0.829

Kopā: 249.04 13.588 15.229 13.368 0.001 0. 0.836

ceturtdiena, 23.marts

Pusdienas

Buljons ar makaroniem	250	190	4.5468	16.7938	5.532	0	0	0	
Krāsni cepti dārzeņi	120	85	2.1425	6.477	4.4297	0.001	0	3.3383	
Vārīti rīsi	230	261	5.1612	0.4554	58.9743	0.0002	0	1.0626	
Burkānu salāti ar majonēzi	100	102	1.4048	8.5235	4.839	0.0002	0	2.88	10;3;7
Jāņogu dzēriens	200	29	0.447	0.086	5.944	0	0.004	1.4	
Piens	200	96	6.4	4.	9.	0	0	0	7

Kopā: 805.035 21.917 36.741 95.814 0.001 0.004 9.551

Launags

Biezpiena smalkmaizīte (70g)	70	208	6.964	7.0546	28.5259	0.0004	0.0088	0.0283	1;3;7
Kakao dzēriens	200	98	6.4332	4.433	8.4672	0	0	1.0336	7
Cukurs baltais	5	20	0	0	4.99	0	0.005	0	
Dārzeņu assorti	0	0	0	0	0	0	0	0	

Kopā: 325.669 13.397 11.488 41.983 0. 0.014 1.062

piektdiena, 24.marts

Pusdienas

Veģetārā soļanka	250	130	2.6495	7.1877	13.2955	0.0018	0	3.7012	9
Krējums skābs	5	10	0.13	1.	0.135	0	0	0	7
Vārīti kartupeļi	230	171	4.876	0.2438	36.0824	0.0002	0	5.1198	
Mannas un siera plācenītis	80	225	5.9769	16.0406	13.8506	0.0004	0.0008	0.015	1;7
Saldā krējuma mērce ar ķiploku	50	54	0.3872	5.2666	1.1762	0	0	0.0341	1;7
Dārzeņu salāti ar eļļas mērci	120	59	1.2696	2.6904	7.0776	0.0004	0.0012	3.4344	
Ābolu sulas dzēriens	200	69	0.1	0	17.088	0	0.006	0	

Kopā: 900.455 20.429 33.229 127.105 0.003 0.008 15.905

Launags

Biezpiena plācenītis ar burkāniem	120	228	15.7405	7.8557	23.0483	0.0004	0.0076	0.8287	1;3;7
levārijums	10	14	0.1	0.01	3.9	0	0	0	
Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27	0	0	0	7
Zāļu tēja	200	4	0.0624	0.1224	0.0192	0	0	0	

Kopā: 265.396 16.163 9.988 27.238 0. 0.008 0.829