

Pirmdiena - 09.05.

Pusdienas

Makaroni ar sautētu gaļu.
(220g) *A01
Burkānu-ābolu salāti (70g)
Rupjmaize. (70g) *A01
Dzēriens. (150g)
Olbaltumvielas: 19.93
Tauki: 17.17
Ogļhidrāti: 83.09
Kcal: 566.62

Otrdiena - 10.05.

Pusdienas

Mājas sautējums ar gaļu
(200g)
Jauktu dārzeņu salāti (70g)
Rupjmaize. (45g) *A01
Dzēriens. (200g)
Sezonas augļi (50g)
Olbaltumvielas: 17.72
Tauki: 18.93
Ogļhidrāti: 50.99
Kcal: 445.22

Trešdiena - 11.05.

Pusdienas

Cūkgaļas gulašs ar
dārzeņiem PN (70g) *A01
Vārīti griķi (140g)
Ķīnas salāti ar gurķi. (70g)
Rupjmaize. (35g) *A01
Dzēriens. (150g)
Olbaltumvielas: 15.04
Tauki: 17.25
Ogļhidrāti: 59.4
Kcal: 453

Ceturtdiena - 12.05.

Pusdienas

Vistas gaļas kotlete (60g)
*A01, A03
Vārīti kartupeļi (150g)
Biešu salāti ar āboliem (70g)
Rupjmaize. (60g) *A01
Dzēriens. (150g)
Olbaltumvielas: 18.7
Tauki: 23.23
Ogļhidrāti: 67.91
Kcal: 555.51

Piektdiena - 13.05.

Pusdienas

Kurzemes stroganovs S PN
(70g) *A01
Vārīti rīsi (120g)
Vitamīnu salāti (70g)
Rupjmaize. (35g) *A01
Dzēriens. (150g)
Olbaltumvielas: 15.55
Tauki: 18.57
Ogļhidrāti: 67.58
Kcal: 499.62

Apstiprinu: _____