

Diena kopā :		1304.924	41.692	46.317	174.723	0.002	0.018	14.363
ceturtdiena, 21.marts								
Brokastis								
Auzu pārslu putra	200	144	5.99	3.5	22.3396	0.0002	0.0002	1.62 1,7
Zemeņu abolu mērce	30	19	0.1556	0.1239	4.1232	0	0.0021	0.4548
Tomāti	30	5	0.3	0.06	0.78	0	0	0.3
Sēklu maize	30	89	3.15	1.92	14.13	0	0	1.29 1,11
Sviests	5	37	0.03	4.125	0.22	0	0	0 7
Tēja	200	43	0.56	0.102	11.916	0	0	0.36
Kopā:		337.54	10.186	9.831	53.509	0.	0.002	4.025
Pusdienas								
Zivju zupa mājas gaumē	180	151	14.0571	7.3215	7.0573	0.0014	0	1.6882 4
Krējums skābs	5	10	0.13	1.	0.135	0	0	0 7
Sautēta cūkgāja ar dārzeņiem	80	122	8.5499	9.4096	0.74	0.0001	0	0.482
Vārīti kartupeļi	120	89	2.544	0.1272	18.8256	0.0001	0	2.6712
Svaigu dārzeņu salāti ar eļļas mērci	70	77	0.6752	7.3986	1.9183	0.0001	0.0005	0.6009
Dzērveņu sirupa dzēriens	200	82	0.0332	0	20.1856	0	0	0.5976
Rudzu maize	20	52	1.72	0.28	10.04	0	0	1.1 1
Kopā:		582.724	27.709	25.537	58.902	0.002	0.001	7.14
Otrā izvēle								
Maltās gaļas mērce	0	0	0	0	0	0	0	0 1,7
Grūbu irdenā biežputra ar zaļumiem	0	0	0	0	0	0	0	0 1
Baltie redīsi ar burkāniem	0	0	0	0	0	0	0	0
Kopā:		0	0	0	0	0	0	0
Launags								
Makaronu piena zupa	200	159	5.703	4.473	24.18	0.0003	0.0002	0.315 7
Saldiskābmaize	40	92	2.52	0.4	19.2	0	0	1.8 1
Vārīta desa	20	51	2.1	4.5	0.62	0	0	0 1,7
Vārīta cūkgāja	0	0	0	0	0	0	0	0
Sviests	5	37	0.03	4.125	0.22	0	0	0 7
Kopā:		339.64	10.353	13.498	44.22	0.	0.	2.115
Vakariņas								
Kopā:								
Diena kopā :		1259.904	48.248	48.866	156.631	0.002	0.003	13.28
piektdiena, 22.marts								
Brokastis								
Piecu graudu pārslu putra	200	140	5.312	2.264	23.3892	0.0002	0.0004	3.616 1,7
levārijums	20	28	0.2	0.02	7.8	0	0	0
Baltmaize	30	79	2.34	0.63	15.42	0	0	1.14 1
Sviests	5	37	0.03	4.125	0.22	0	0	0 7
Vārīta vistas fileja	20	40	6.1436	1.7147	0.072	0.0002	0	0.0377
Banāni	0	0	0	0	0	0	0	0
Tēja	200	43	0.56	0.102	11.916	0	0	0.36
Kopā:		367.538	14.586	8.856	58.817	0.	0.	5.154
Pusdienas								
Pupiņu zupa ar cūkgāju	200	244	11.1458	17.0496	11.2938	0.0005	0	3.7663 9
Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27	0	0	0 7
Biezpienkāms	50	104	4.262	6.5608	6.898	0	0.005	0 7
Kīrīšu ķīselis	100	65	0.225	0.072	15.532	0	0.01	0.299
Āuglis	120	67	0.948	0.3	14.64	0	0	0.84
Rudzu maize	40	104	3.44	0.56	20.08	0	0	2.2 1
Ūdens ar citronu	200	4	0.07	0.06	0.32	0	0	0
Kopā:		606.501	20.351	26.602	69.034	0.001	0.015	7.105
Otrā izvēle								
Dārzeņu sakņu sautējums	0	0	0	0	0	0	0	0
Biešu salāti ar eļļu	0	0	0	0	0	0	0	0
Kopā:		0	0	0	0	0	0	0
Launags								
Kartupeļu un siera sacepums	200	317	11.8714	19.0804	23.6793	0.0013	0	2.9352 1,11,3,5,7,
Dārzeņu asorti	0	0	0	0	0	0	0	0
Zāļu tēja	200	4	0.0624	0.1224	0.0192	0	0	0
Cukurs baltais	5	20	0	0	4.99	0	0.005	0
Kopā:		340.626	11.934	19.203	28.689	0.001	0.005	2.935
Vakariņas								
Kopā:								
Diena kopā :		1314.665	46.87	54.661	156.54	0.002	0.02	15.194
Diena kopā :		1033.12	34.756	47.489	112.715	0.002	0.024	11.879