

piektdiena, 10.oktobris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvi elas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvi las	Alerģēn
Pusdienas									
Buljons ar makaroniem	250	127	4.2	2.526	21.785	0.175		1.402	1.
Cūkgaļas mājas kotlete	90	225	14.185	15.289	7.504	0.108		0.946	1;3
Mīcīti kartupeli ar dārzeņu buljonu	200	143	4.103	0.223	30.012	0.2		4.465	9
Margarīns sviestmaizēm	5	36		4.					
Burkānu salāti ar eļļu	100	75	0.93	5.186	5.961	0.3	1.5	3.348	
Rudzu maize	60	155	5.16	0.84	30.12			3.3	1
Ūdens ar upenēm	200	4	0.13	0.02	0.61			0.68	
kopā:		765	28.71	28.08	95.99	0.783	1.500	14.141	