Rīgas 72.vsk Decembris (04.01-15.01.2021) (7-12kl)	Daudzums 1 bērnam dienā, g		Uzturvielas, g			Enerģija, kcal		**Daudzums (bruto), kg 10 dienām**			
Produkta nosaukums	**Bruto**	**Neto**	**Olb.v.,g**	**Tauki, g**	**Ogļh., g**	**Enerģija**					
Makaroni, *Durum Dobeles dzirnavnieks* *(dažādi)*	50	50	6.15	0.85	36.25	177.50		0.50			
Auzu pārslas, *pilngraudu Dobeles dzirnavnieks/ Valdo*	50	50	6.65	3.35	34.15	184.00		0.50			
Auzu cepumi, Lestenes maiznīca	10	10	0.55	1.50	5.85	39.00		0.10			
Žāv.augļi+rieksti	3	3	0.31	0.86	1.43	14.70		0.03			
Turku zirņi, *konservēti*	42.00	24	1.66	0.41	3.41	26.16		0.42			
Kartupeļi, ar mizu *fasēti*	100	70	1.40	0.21	12.11	54.60		1.00			
Piens, *Rasēns* UHT	60	60	1.80	0.90	2.88	27.00		0.60			
Piens, *Rasēns* UHT *(ar garšu dažādi)*	40	40	1.12	0.60	3.72	24.80		0.40			
Cūkgaļa, sautēta *konservēta*	25	24	3.46	4.80	0.05	57.12		0.25			
L/l gaļa, sautēta *konservēta*	25	24	3.86	3.55	0.05	47.76		0.25			
Āboli, svaigi	100	92.86	0.28	0.19	13.00	48.29		1.00			
Burkāni, svaigi	100	85	0.58	0.29	6.94	27.46		1.00			
KOPĀ			**27.81**	**17.51**	**119.83**	**728.38**		**6.05**			
MK not. Nr.172 komplekso pusdienu "norma"(1 dienai) 1.-12. kl.			***12-37***	***16-38***	***55-147***	***490-960***		kg			