

Ēdienkarte

2.nedēļa. Bez piena produktos (6)

3x nedēļā nodrošinām LAD progr."Piens un augļi",
kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma
5.punktā minēto produktu daudzumos.

Pirmdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (<i>Alerģēni</i>)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 33%							
602-3	Asorti biezputra ar sviestu (spec.piens) (<i>Sviests 82% (*A-07), NPKS</i>)	0.67	150/4	4.50	5.82	31.38	184.64
76	Sviestmaize ar gurķi (<i>Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS</i>)	0.67	15/4/15	1.40	3.69	7.98	71.74
912-1	Kakao ar spec.pienu	1	150	2.88	2.75	19.51	97.30
				8.78	12.26	58.87	353.68
Pusdienas 43%							
349-2	Zemnieku zupa ar krējumu (<i>Putraimi miežu(*A-01) , Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS</i>)	0.67	150/4	3.60	4.62	8.97	94.58
428-2	Plovs ar cūkgaļu	1	150	8.82	6.92	32.63	250.58
122	Dārzeņu salāti ar ķiplokiem	0.67	50	0.92	2.55	3.29	36.91
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
38-2	Rudzu maize (<i>Maize rudzu (*A-01) NPKS</i>)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.45	14.24	63.26	464.29
Launags 23%							
1025-1	Vārīta ola (<i>Olas(*A-03) NPKS</i>)	0.67	50	5.55	5.75	0.35	78.55
563-4	Skāba krējuma-zaļumu mērce (<i>Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS</i>)	0.67	15	0.43	2.98	0.49	30.49
25/1	Graudu maize ar sviestu (<i>Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS</i>)	0.67	15/4	1.73	4.72	6.48	76.67
913-1	Karkadē dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	3.99	15.99
2120	"Skolas"auglis	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				8.11	14.25	21.11	249.70
KOPĀ: 100%				31.34	40.75	143.24	1067.67
Pievienotais sāls 1.1 grami		Dārzeņi 105.9 grami					
Pievienotais cukurs 8.2 grami		Kartupeļi 44.8 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 102 grami		Gala un zivs 38 grami		Piena produkti 30.9 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Ēdienkarte var tikt mainīta, ja tas saistīts ar piegādātājiem vai kādiem citiem apstākļiem.

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Ēdienkarte**2.nedēļa. Bez piena produktos (6)**

3x nedēļā nodrošinām LAD progr."Piens un augļi",

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

Otrdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 29%							
618-4	Mannas biezputra ar sviestu (spec.piens) (Mannā (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	4.12	5.29	28.31	164.65
96/1	Graudu maize ar krēmsieru (Maize graudu (A*-01), NPKS, Krēmsiers)	0.67	15/20	2.83	5.98	7.17	95.15
940-1	Tēja piparmētru (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
2105-1	Augļu plate	0.67	90	0.60	0.39	11.75	53.31
				7.55	11.66	47.23	313.12
Pusdienas 44%							
449	Cūkgaļas šnicele (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Rīvmaize (*A-01),NPKS)	0.67	60	9.95	10.14	10.81	202.39
706-5	Kartupeļi, vārīti	0.67	120	2.47	0.12	18.26	86.63
554-2	Spec.piena mērce (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS)	0.67	30	0.61	0.39	4.03	19.47
163	Skābu kāpostu salāti ar eļļu	0.67	50	0.88	2.51	2.15	34.70
898-2	Dzērveņu sīrupa ķīselis ar putukrējumu (Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	0.67	150/20	0.56	7.86	13.37	126.44
				14.47	21.02	48.62	469.63
Launags 27%							
711-2	Makaroni ar dārzeņiem (Pilngraudu makaroni(*A-01) NPKS)	0.67	150	3.62	6.02	33.55	224.80
05	Kliju maize ar sviestu (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4	1.31	3.63	7.09	68.12
936-2	Tēja liepziedu (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
				4.93	9.65	40.64	292.93
KOPĀ: 100%				26.95	42.33	136.49	1075.68
Pievienotais sāls 0.7 gramī		Dārzeņi 76.4 gramī					
Pievienotais cukurs 8.9 gramī		Kartupeļi 123.4 gramī		Siers, biezpiens 20 gramī			
Augļi un ogas 89.7 gramī		Gala un zivs 50 gramī		Piena produkti 30.4 gramī			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							

Ēdienkarte var tikt mainīta, ja tas saistīts ar piegādātājiem vai kādiem citiem apstākļiem.

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Ēdienkarte**2.nedēļa. Bez piena produktos (6)**

3x nedēļā nodrošinām LAD progr."Piens un augļi",
kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma
5.punktā minēto produktu daudzumos.

Trešdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 30%							
630-5	Rīsu biezputra ar sviestu (spec.piens) (Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.90	5.37	34.80	190.41
05-1	Kliju maize ar sviestu (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4	1.31	3.63	7.09	68.12
936-2	Tēja liepziedu (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
2120	"Skolas"auglis	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				5.61	9.80	51.69	306.54
Pusdienas 40%							
361-3	Maltās gaļas zupa ar dārzeņiem, (Krēj.skābais 25%(*A-07))	0.67	150/4	6.68	5.93	13.90	153.87
446	Ziemas dārzeņu ragu ar cūkgaļu, (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	180/15	9.00	14.46	17.80	238.17
124	Gurķi, marinēti	0.67	50	0.25	0.00	1.50	7.00
913-2	Karkadē dzēriens	0.67	150	0.01	0.00	2.99	12.01
				15.94	20.39	36.19	411.05
Launags 30%							
1010-2	Ķirbju pankūkas(spec.piens) ar krējumu (Milti kviešu a/(*A-01) NPKS, Oļas(*A-03) NPKS, Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	120/15	5.26	8.98	25.39	202.66
912-1	Kakao ar spec.pienu	1	150	2.88	2.75	19.51	97.30
				8.14	11.73	44.90	299.96
KOPĀ: 100%				29.69	41.92	132.78	1017.55
Pievienotais sāls 0.9 grami		Dārzeņi 262.6 grami					
Pievienotais cukurs 8.4 grami		Kartupeļi 154.6 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Gaļa un zivs 59.9 grami		Piena produkti 42 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

Ēdienkarte var tikt mainīta, ja tas saistīts ar piegādātājiem vai kādiem citiem apstākļiem.

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Ēdienkarte**2.nedēļa. Bez piena produktos (6)**

3x nedēļā nodrošinām LAD progr."Piens un augļi",

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

Ceturtdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 31%							
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu (Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.87	5.43	34.86	192.74
051	Kliju maize ar krēmsieru (Maize, kliju (*A-01) NPKS, Krēmsiers)	1	15/15	2.13	3.75	7.60	74.55
2108	Graužamburkāni	0.67	60	0.78	0.06	4.32	23.82
934-1	Tēja kumelīšu	0.67	150	0.00	0.00	2.00	7.99
				6.78	9.24	48.78	299.10
Pusdienas 47%							
302-33	Biešu zupa ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.18	5.11	11.54	106.80
444-2	Vistas gaļas stroganovs (spec.piens) (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS)	0.67	80	6.35	8.57	6.66	120.98
747-3	Pērļu grūbas, vārītas (Pērļu grūbas)	0.67	90	2.30	0.72	22.63	106.21
137	Ķīnas kāpostu-kukurūzas salāti ar eļļu	0.67	50	0.56	2.05	2.24	29.93
903-1	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	12.16	49.40
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				13.50	16.60	61.63	446.92
Launags 22%							
819-2	Biezpiena masa ar zemeņu mērci (Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	0.67	90/25	9.52	10.88	8.23	178.22
66-1/	Sausmaizīte (Sausmaizīte *A-01))	0.67	10	1.28	0.04	7.64	36.00
913-2	Karkadē dzēriens (bez cukura)	0.67	150	0.01	0.00	0.00	0.03
				10.81	10.92	15.87	214.25
KOPĀ: 100%				31.09	36.76	126.28	960.27
Pievienotais sāls 0.9 gramī		Dārzeņi 174.5 gramī					
Pievienotais cukurs 9.7 gramī		Kartupeļi 37.3 gramī		Siers, biezpiens 75 gramī			
Augļi un ogas 20 gramī		Gala un zivs 40 gramī		Piena produkti 38 gramī			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							

Ēdienkarte var tikt mainīta, ja tas saistīts ar piegādātājiem vai kādiem citiem apstākļiem.

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Ēdienkarte

2.nedēļa. Bez piena produktos (6)

3x nedēļā nodrošinām LAD progr."Piens un augļi",
kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma
5.punktā minēto produktu daudzumos.

Piektdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 31%							
611-4	Kviešu biezputra ar sviestu (spec.piens) (Kviešu putraini(*A-01), Sviests 82% (*A-U/), NPKS)	0.67	150/4	2.82	4.77	22.44	134.21
39	Kliju maize ar ievārījumu (Maize,kliju (*A-01) NPKS)	1	15/15	1.35	0.35	17.26	79.50
911-1/1	Kafijas dzēriens ar spec.pienu (Miežu kafijas dzēriens(*A-01))	1	150	2.68	2.45	20.56	97.96
				6.85	7.57	60.26	311.67
Pusdienas 49%							
352-3	Zivju zupa ar krējumu (Zivis fileja b/a (*A-04), Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	4.83	4.21	9.88	95.80
725-6	Rīsi ar krāsainiem dārzeņiem	1	180	4.73	6.50	48.07	273.73
159	Sarkano galviņkāpostu salāti	0.67	50	0.51	2.51	3.71	37.84
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				11.18	13.37	80.03	489.59
Launags 20%							
37	Karstmaize ar sieru un tomātiem (Maize tosteru (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))	0.67	20/4/15/15	5.22	8.15	10.58	139.33
936-2	Tēja liepziedu	0.67	150	0.00	0.00	4.49	17.97
2120	"Skolas"auglis	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				5.62	8.95	24.87	205.30
KOPĀ: 100%				23.65	29.89	165.16	1006.56
Pievienotais sāls 0.7 grami Dārzeņi 112.9 grami Pievienotais cukurs 11 grami Kartupeļi 56 grami Siers, biezpiens 15 grami Augļi un ogas 101 grami Gala un zivs 28.4 grami Piena produkti 12 grami (Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							
VIDĒJI:				28.54	38.33	140.79	1025.55
KOPĀ:				142.72	191.65	703.95	5127.73
Pievienotais sāls 4.3 grami Dārzeņi 732.3 grami Pievienotais cukurs 46.2 grami Kartupeļi 416.1 grami Siers, biezpiens 110 grami Augļi un ogas 412.7 grami Gala un zivs 216.3 grami Piena produkti 153.3 grami							

Ēdienkarte var tikt mainīta, ja tas saistīts ar piegādātājiem vai kādiem citiem apstākļiem.

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.