

Ēdienkarte

2.nedēļa. Bez piena, piena produktiem
(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 (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 31%							
602-3	Asorti biezputra ar ievārījumu	0.67	150/15	4.54	2.54	41.55	196.02
76	Kviešu maize ar gurķi (Maize kviešu (*A-01) NPKS)	0.67	15/15	1.38	0.41	7.95	42.02
912-1	Kakao ar spec.pienu	1	150	2.88	2.75	19.51	97.30
				8.80	5.70	69.01	335.34
Pusdienas 42%							
349-2	Zemnieku zupa (Putraimi miežu(*A-01))	0.67	150	3.49	3.82	8.84	86.42
428-2	Plovs ar cūkgaļu	1	150	8.82	6.92	32.63	250.58
122	Dārzenu 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 (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.34	13.44	63.13	456.13
Launags 27%							
1025-1	Vārīta ola (Olas(*A-03) NPKS)	0.67	50	5.55	5.75	0.35	78.55
25/1	Graudu maize ar v/cūkgaļu, tomātu (Maize graudu (A*-01), NPKS)	0.67	15/30/30	7.05	10.77	6.45	152.28
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
				13.00	17.32	20.59	294.82
KOPĀ: 100%				36.14	36.46	152.73	1086.29
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 68 grami		Piena produkti 0 grami			
(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, piena produktiem
(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 26%							
618-4	Mannas biezputra ar ievārījumu (Mannā (*A-01) NPKS)	0.67	150/15	4.16	2.01	38.48	176.03
96/1	Graudu maize ar tomātu (Maize graudu (A*-01), NPKS)	0.67	15/20	1.93	1.48	7.21	51.23
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
				6.69	3.88	57.44	280.58
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
838	Kukurūzas biezputra ar ķīseli	1	100/150	2.39	1.42	30.30	135.81
				16.30	14.58	65.55	479.00
Launags 30%							
711-2	Makaroni ar dārzeņiem (Pilngraudu makaroni(*A-01) NPKS)	0.67	150	3.62	6.02	33.55	224.80
177-1	Tomātu salāti ar eļļu	1	50	0.55	5.10	1.84	55.43
05	Kliju maize (Maize,kliju (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.29	0.35	7.06	38.40
936-2	Tēja liepziedu (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
				5.46	11.47	42.45	318.64
KOPĀ: 100%				28.45	29.93	165.44	1078.22
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeņi 143.4 grami					
Pievienotais cukurs 8.7 grami		Kartupeļi 123.4 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 104.7 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 0 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, piena produktiem
(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	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
(Alerģēni)							
Brokastis 27%							
630-5	Rīsu biezputra ar āboliem (spec.piens)	0.67	150/20	3.96	2.25	36.73	170.29
05-1	Kliju maize ar gurķi (Maize, kliju (*A-01) NPKS)	0.67	15/15	1.41	0.36	7.45	40.52
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
				5.77	3.41	53.98	258.82
Pusdienas 41%							
361-3	Maltās gaļas zupa ar dārzeņiem	0.67	150	6.58	4.93	13.79	144.02
446	Ziemas dārzeņu ragu ar cūkgaļu,	0.67	200	9.52	12.66	19.22	230.00
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
				16.36	17.59	37.50	393.03
Launags 32%							
1010-2	Ķirbju pankūkas(spec.piens) ar (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS)	0.67	120/15	4.90	5.98	35.11	213.16
912-1	Kakao ar spec.pienu	1	150	2.88	2.75	19.51	97.30
				7.78	8.73	54.62	310.46
KOPĀ: 100%				29.91	29.73	146.10	962.31
Pievienotais sāls 0.9 grami		Dārzeņi 288.36 grami					
Pievienotais cukurs 8.4 grami		Kartupeļi 163.48 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 120 grami		Gaļa un zivs 63.23 grami		Piena produkti 0 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, piena produktiem
(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 24%							
610-3	Kukurūzas biezputra (spec.piens)	0.67	150	3.85	2.95	34.83	170.22
051	Kliju maize ar tomātu (Maize,kliju (*A-01) NPKS)	1	15/20	1.51	0.39	7.82	42.68
2108	Grauzamburkāni	0.67	60	0.78	0.06	4.32	23.82
934-1	Tēja kumelišu	0.67	150	0.00	0.00	2.00	7.99
				6.14	3.40	48.97	244.71
Pusdienas 43%							
302-33	Biešu zupa	0.67	150	3.07	4.31	11.41	98.64
444-2	Vistas gaļas stroganovs (spec.piens) (Milti kviešu a/(*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
1137	Ķīnas kāpostu-kukurūzas salāti ar eļļu	0.67	70	0.79	2.86	3.14	41.90
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
				13.62	16.61	62.40	450.73
Launags 33%							
1022	Plānas pankūkas(spec.piens) ar (Olas(*A-03) NPKS, Milti kviešu a/(*A-01) NPKS)	1	130/20	7.91	9.12	59.10	341.98
913-2	Karkadē dzēriens (bez cukura)	0.67	150	0.01	0.00	0.00	0.03
				7.92	9.12	59.10	342.01
KOPĀ: 100%				27.68	29.13	170.47	1037.45
Pievienotais sāls 1.1 grami Dārzeņi 213.7 grami Pievienotais cukurs 7.7 grami Kartupeļi 37.3 grami Siers, biezpiens 0 grami Augļi un ogas 0 grami Gaļa un zivs 40 grami Piena produkti 0 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, piena produktiem
(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 28%							
611-4	Kviešu biezputra (spec.piens) (Kviešu putraini(*A-01))	0.67	150	2.80	1.49	22.41	104.49
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
				6.83	4.29	60.23	281.95
Pusdienas 47%							
352-3	Zivju zupa (Zivis fileja b/a (*A-04))	0.67	150	4.72	3.41	9.75	87.64
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
				11.07	12.57	79.90	481.43
Launags 25%							
37	Karstmaize ar v/vistu un tomātiem (Maize tosteru (*A-01) NPKS)	0.67	20/30/15	5.85	7.66	10.55	131.81
130	Gurķu-zaļumu salāti ar eļļu	1	50	0.41	5.06	1.29	52.08
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
				6.66	13.52	26.13	249.86
KOPĀ: 100%				24.56	30.38	166.26	1013.24
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeņi 160.9 grami					
Pievienotais cukurs 11 grami		Kartupeļi 56 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 101 grami		Gala un zivs 58.4 grami		Piena produkti 0 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							
VIDĒJI:				29.35	31.13	160.2	1035.5
KOPĀ:				146.74	155.63	801.00	5177.51
Pievienotais sāls 4.7 grami		Dārzeņi 912.26 grami					
Pievienotais cukurs 44 grami		Kartupeļi 424.98 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 427.7 grami		Gala un zivs 279.63 grami		Piena produkti 0 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.