

Ēdienkarte**1-2g.bērniem 4.nedēļa B/ Pavasara sezona
(8)**

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

22.04.2024

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Brokastis 33%							
626-4	Prosas biezputra ar sviestu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	1	100/2	4.26	3.67	20.27	132.88
08-2	Baltmaize ar ievārījumu <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS)</i>	1	8/5	0.69	0.22	7.43	34.98
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				10.95	7.89	36.70	263.86
Pusdienas 40%							
335-2	Skābeņu-spinātu zupa ar olu, krējumu <i>(Putraimi miežu(*A-01) , Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Olas(*A-03) NPKS)</i>	1	100/3/3	2.17	2.22	5.74	53.15
422-8	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem <i>(Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)</i>	1	100	7.51	6.34	15.00	174.32
139	Ķīnas kāpostu-tomātu salāti ar eļļu	1	50	0.53	2.54	2.19	33.74
903-2	Sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				10.95	11.20	35.20	316.11
Launags 27%							
909-2	Jogurts dzeramais <i>(Jogurts NPKS(*A-07))</i>	1	100	2.50	1.80	12.20	76.00
06	Kliju maize ar sviestu un sieru <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))</i>	1	10/2/20	5.33	7.23	4.73	108.46
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				8.07	9.51	22.81	213.26
KOPĀ: 100%				29.97	28.60	94.71	793.23
	Pievienotais sāls 0.68 grami		Dārzeņi 94.66 grami				
	Pievienotais cukurs 1.3 grami		Kartupeļi 24 grami			Siers, biezpiens 20 grami	
	Augļi un ogas 61 grami		Gala un zivs 40 grami			Piena produkti 367 grami	
	<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>						

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Ēdienkarte**1-2g.bērniem 4.nedēļa B/ Pavasara sezona
(8)**

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

23.04.2024

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Brokastis 25%							
1017-1	Omlete <i>(Olas(*A-03) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	80	7.26	8.30	1.36	113.06
185/1	Zirnīši ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	30	1.19	1.00	3.65	29.56
25-1	Graudu maize ar sviestu <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	8/2	0.92	2.41	3.46	39.90
936-2	Tēja liepziedu	1	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				9.37	11.71	11.46	194.51
Pusdienas 48%							
309-3	Dārzeņu zupa	1	100	0.90	1.28	4.48	32.78
486	Cūkgaļas veltnītis ar ķīmenēm <i>(Olas(*A-03) NPKS, Maize kviešu (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07), NPKS, Rīvmaize (*A-01), NPKS)</i>	1	60	9.45	10.04	7.96	186.72
706-5	Kartupeļi, vārīti	1	80	1.65	0.08	12.23	58.03
554-2	Piena mērce <i>(Milti kviešu a/(*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	20	0.53	0.76	1.66	15.61
172	Svaigu dārzeņu salāti ar eļļu	1	50	0.50	1.82	1.92	26.67
903-2	Sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
48	Saldskābmaize <i>(Maize saldskābā (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.60	0.08	5.03	24.20
				13.63	14.06	41.28	376.51
Launags 27%							
73	Sviestmaize ar desu (70%) <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	15/4/15	3.39	5.41	7.82	94.52
2002-2	Cepumi <i>(Cepumi(*A-01,03,05,06,07,08,11))</i>	1	20	1.36	2.54	13.96	84.20
934-2	Tēja-kumelīšu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2107-4	Auglis(bumbieris)	1	60	0.24	0.18	5.70	25.38
				4.99	8.13	29.48	212.09
KOPĀ: 100%				27.99	33.90	82.22	783.11
	Pievienotais sāls 0.85 grami		Dārzeņi 101.98 grami				
	Pievienotais cukurs 5 grami		Kartupeļi 99.99 grami		Siers, biezpiens 0 grami		
	Augļi un ogas 60 grami		Gala un zivs 63 grami		Piena produkti 47.28 grami		
	<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>						

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Ēdienkarte**1-2g.bērniem 4.nedēļa B/ Pavasara sezona
(8)**

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

24.04.2024

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Brokastis 26%							
613-3	Mannā biezputra ar ievārījumu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Mannā (*A-01) NPKS)</i>	1	100/15	3.40	1.35	24.57	124.24
05-1	Kliju maize ar sviestu <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	8/2	0.70	1.82	3.79	35.34
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	1	100	3.00	2.00	4.50	48.00
				7.10	5.17	32.86	207.58
Pusdienas 42%							
303-5	Borščs ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/3	2.29	2.63	6.74	60.24
444-2	Vistas gaļas stroganovs <i>(Milti kviešu a/(*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	80	6.18	8.43	3.12	107.92
718-4	Rīsi,vārīti	1	60	1.51	0.90	16.40	80.90
1219	Redīsu-gurķu salāti ar eļļu	1	50	0.48	2.56	1.14	29.49
903-2	Sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				11.20	14.62	39.67	333.45
Launags 32%							
856	Biezpiena masa ar ogu mērci <i>(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))</i>	1	90/20	10.15	9.80	8.99	174.83
68	Sviestmaize <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	10/2	0.85	1.91	5.06	41.46
940-2	Tēja piparmētru	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				11.24	12.19	21.93	253.08
KOPĀ: 100%				29.54	31.98	94.46	794.11
	Pievienotais sāls 0.99 grami		Dārzeņi 98 grami				
	Pievienotais cukurs 10 grami		Kartupeļi 15 grami			Siers, biezpiens 65 grami	
	Augļi un ogas 74 grami		Gala un zivs 40 grami			Piena produkti 210 grami	
	<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>						

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Ēdienkarte**1-2g.bērniem 4.nedēļa B/ Pavasara sezona
(8)**

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

25.04.2024

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Brokastis 26%							
619-3	Miežu putraimu biežputra ar sviestu <i>(Putraimi miežu(*A-01) , Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	100/2	3.57	3.12	12.25	91.44
27-1	Graudu maize ar gurķiem <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	10/2/15/15	1.27	2.61	4.71	48.28
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	1	100	3.00	2.00	4.50	48.00
				7.84	7.73	21.46	187.72
Pusdienas 49%							
334-3	Siera-dārzenu zupa <i>(Krēmsiers)</i>	1	100	1.51	3.81	6.25	66.53
431-2	Pupiņu sautējums ar gaļu,krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	150/5	8.90	9.96	18.04	209.35
154	Redīsu-lociņu salāti ar eļļu	1	50	0.20	3.01	0.45	30.06
903-1	Sīrupa dzēriens	1	150	0.00	0.00	12.16	49.40
				10.61	16.78	36.90	355.34
Launags 26%							
1025	Vārīta ola <i>(Olas(*A-03) NPKS)</i>	1	50	5.55	5.75	0.35	78.55
05	Kliju maize ar sviestu, tomātu <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	10/2/15	1.03	1.90	5.30	43.67
936-1	Tēja liepziedu	1	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2106-2	Auglis(banāns)	1	60	0.72	0.12	12.00	52.80
				7.30	7.77	20.64	187.01
KOPĀ: 100%				25.75	32.28	79.00	730.07
Pievienotais sāls 0.9 gramī		Dārzeņi 133.8 gramī					
Pievienotais cukurs 3 gramī		Kartupeļi 30 gramī		Siers, biezpiens 10 gramī			
Augļi un ogas 60 gramī		Gala un zivs 25 gramī		Piena produkti 161 gramī			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Ēdienkarte**1-2g.bērniem 4.nedēļa B/ Pavasara sezona
(8)**

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

26.04.2024

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Brokastis 32%							
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	1	100/2	3.49	3.28	18.63	119.23
08-2	Baltmaize ar ievārījumu <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS)</i>	1	8/5	0.69	0.22	7.43	34.98
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				10.18	7.50	35.06	250.21
Pusdienas 39%							
501	Cepta zivs fileja <i>(Zivis fileja b/a (*A-04), Olas(*A-03) NPKS, Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS)</i>	1	60	7.42	5.58	4.21	92.41
710-5	Kartupeļu biezenis <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	1	80	1.78	1.85	10.95	69.06
120	Burkānu salāti ar sēkliņām ar eļļu	1	50	1.02	3.60	3.86	54.09
898-2	Sīrupa ķīselis ar putukrējumu <i>(Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))</i>	1	100/15	0.37	5.26	9.48	86.79
957-1	Ūdens ar citronu	1	100	0.07	0.01	0.23	1.24
				10.66	16.30	28.73	303.59
Launags 28%							
835-3	Kellogs ar pienu <i>(Kukurūzas pārslas saldās(*A-01,05,11), Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	25/100	4.80	2.15	24.63	137.15
96/11	Graudu maize ar krēmsieru <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Krēmsiers)</i>	1	10/15	2.07	4.44	5.18	69.95
2108	Grauzamburkāni	1	30	0.39	0.03	2.16	11.91
				7.26	6.62	31.97	219.01
KOPĀ: 100%				28.10	30.42	95.76	772.81
Pievienotais sāls 0.5 grami		Dārzeņi 75 grami					
Pievienotais cukurs 6.5 grami		Kartupeļi 70 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 9.17 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 401.17 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				28.27	31.44	89.23	774.67
KOPĀ:				141.35	157.18	446.15	3873.33
Pievienotais sāls 3.92 grami		Dārzeņi 503.44 grami					
Pievienotais cukurs 25.8 grami		Kartupeļi 238.99 grami		Siers, biezpiens 110 grami			
Augļi un ogas 264.17 grami		Gala un zivs 218 grami		Piena produkti 1186.45 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.