

Ēdienkarte

**1-2g bērniem, B 1.nedēļa Pavasara sezona
(02.05.-03.05.2023.) (8)**

02.05.2023

| <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 19% | | | | | | | |
| 606-4 | Auzu pārslu biezputra ar sviestu <i>(Auzu pārslas NPKS (*A-01), Piens2%(*A-U/), Sviests 82% (*A-07))</i> | 1 | 100/2 | 3.11 | 3.40 | 10.94 | 87.45 |
| 33 | Graudu maīze ar tomātiem <i>(Maīze graudu (A*-01), Sviests 82% (*A-07))</i> | 1 | 10/2/20 | 1.37 | 2.64 | 5.08 | 50.44 |
| 936-1 | Tēja liepziedu | 1 | 150 | 0.00 | 0.00 | 2.99 | 11.99 |
| | | | | 4.48 | 6.04 | 19.01 | 149.88 |
| Pusdienas 49% | | | | | | | |
| 320-4 | Pavasara-dārzenu zupa <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07))</i> | 1 | 100/3 | 1.58 | 2.32 | 3.76 | 43.78 |
| 408 | Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem <i>(Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))</i> | 1 | 80 | 9.98 | 11.76 | 3.48 | 164.67 |
| 704-6 | Griķi ,vārīti | 1 | 60 | 2.94 | 0.87 | 16.46 | 87.05 |
| 169 | Jauno kāpostu -zaļumu salāti | 1 | 50 | 0.98 | 2.07 | 3.95 | 34.62 |
| 903-1 | Sīrupa dzēriens | 1 | 150 | 0.00 | 0.00 | 12.16 | 49.40 |
| | | | | 15.48 | 17.02 | 39.81 | 379.52 |
| Launags 32% | | | | | | | |
| 819 | Biezpiena masa ar zemeņu mērci <i>(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))</i> | 1 | 80/30 | 9.41 | 10.83 | 11.04 | 181.74 |
| 05-1 | Kliju maīze ar sviestu <i>(Maīze,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-U/))</i> | 1 | 8/2 | 0.70 | 1.82 | 3.79 | 35.34 |
| 934-1 | Tēja kumelīšu | 1 | 150 | 0.00 | 0.00 | 2.99 | 11.99 |
| 2107-4 | Auglis(bumbieris) | 1 | 60 | 0.24 | 0.18 | 5.70 | 25.38 |
| | | | | 10.35 | 12.83 | 23.52 | 254.45 |
| KOPĀ: 100% | | | | 30.31 | 35.89 | 82.34 | 783.85 |
| Pievienotais sāls 0.75 grami | | Dārzeņi 107.47 grami | | | | | |
| Pievienotais cukurs 16.6 grami | | Kartupeļi 15 grami | | Siers, biezpiens 50 grami | | | |
| Augļi un ogas 80.5 grami | | Gala un zivs 60 grami | | Piena produkti 99.7 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

**1-2g bērniem, B 1.nedēļa Pavasara sezona
(02.05.-03.05.2023.) (8)**

03.05.2023

| <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% | | | | | | | |
| 326-2 | Piena zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS, Piens2%(*A-U/), Sviests 82% (*A-07))</i> | 1 | 120 | 3.41 | 2.53 | 11.96 | 84.33 |
| 84-2 | Sviestmaize ar sieru <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))</i> | 1 | 10/2/20 | 5.31 | 7.27 | 5.06 | 109.46 |
| | | | | 8.72 | 9.80 | 17.02 | 193.79 |
| Pusdienas 50% | | | | | | | |
| 302-33 | Biešu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07))</i> | 1 | 100/2 | 2.11 | 3.47 | 7.45 | 70.74 |
| 441 | Vistas gaļas kotlete <i>(Olas(*A-03) NPKS, Maize kviešu (*A-01) NPKS, Rīvmaize (*A-01))</i> | 1 | 70 | 10.31 | 10.41 | 8.48 | 176.02 |
| 718-4 | Rīsi, vārīti | 1 | 60 | 1.51 | 0.90 | 16.40 | 80.90 |
| 554-2 | Piena mērce <i>(Milti kviešu a/(*A-01) NPKS, Piens2%(*A-07))</i> | 1 | 20 | 0.53 | 0.76 | 1.66 | 15.61 |
| 132 | Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu <i>(Selerīja sakne(*A-09))</i> | 1 | 50 | 0.69 | 2.54 | 2.92 | 35.56 |
| 957-1 | Ūdens ar citronu | 1 | 100 | 0.06 | 0.01 | 0.20 | 1.07 |
| | | | | 15.21 | 18.09 | 37.11 | 379.90 |
| Launags 24% | | | | | | | |
| 835-5 | Kellogs ar pienu <i>(Kukurūzas pārslas saldās(*A-01,05,11), Piens2%(*A-07))</i> | 1 | 20/120 | 5.04 | 2.52 | 21.58 | 129.32 |
| 2106-2 | Auglis(banāns) | 1 | 60 | 0.72 | 0.12 | 12.00 | 52.80 |
| | | | | 5.76 | 2.64 | 33.58 | 182.12 |
| KOPĀ: 100% | | | | 29.69 | 30.53 | 87.71 | 755.81 |
| Pievienotais sāls 0.79 grami | | Dārzeņi 87.3 grami | | | | | |
| Pievienotais cukurs 2.8 grami | | Kartupeļi 20 grami | | Siers, biezpiens 20 grami | | | |
| Augļi un ogas 67 grami | | Gala un zivs 60 grami | | Piena produkti 218 grami | | | |
| <i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i> | | | | | | | |
| VIDĒJI: | | | | 30 | 33.21 | 85.03 | 769.83 |
| KOPĀ: | | | | 60.00 | 66.42 | 170.05 | 1539.66 |
| Pievienotais sāls 1.54 grami | | Dārzeņi 194.77 grami | | | | | |
| Pievienotais cukurs 19.4 grami | | Kartupeļi 35 grami | | Siers, biezpiens 70 grami | | | |
| Augļi un ogas 147.5 grami | | Gala un zivs 120 grami | | Piena produkti 317.7 grami | | | |

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.