

Ēdienkarte

**3-6g 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 23%							
606-4	Auzu pārslu biezputra ar sviestu <i>(Auzu pārslas NPKS (*A-01), Piens2%(*A-01), Sviests 82% (*A-07))</i>	0.67	150/4	4.65	6.27	16.36	141.44
33	Graudu maize ar tomātiem <i>(Maize graudu (A*-01), Sviests 82% (*A-07))</i>	0.67	15/4/20	1.95	4.76	7.24	80.95
936-1	Tēja liepziedu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				6.60	11.03	26.59	234.38
Pusdienas 47%							
320-4	Pavasara-dārzenų zupa <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07))</i>	0.67	150/4	2.34	3.37	5.62	64.53
408	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem <i>(Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krējums said. 35%NPKS(*A-07))</i>	0.67	80	9.98	11.76	3.48	164.67
704-6	Griķi ,vārtīti	0.67	90	4.40	1.31	24.59	130.09
169	Jauno kāpostu -zaļumu salāti	0.67	50	0.98	2.07	3.95	34.62
903-1	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	12.16	49.40
38	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				18.81	18.66	56.20	476.91
Launags 30%							
819	Biezpiena masa ar zemeņu mērci <i>(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums said. 35%NPKS(*A-07))</i>	0.67	80/30	9.41	10.83	11.04	181.74
05-1	Kliju maize ar sviestu <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07))</i>	0.67	15/4	1.31	3.63	7.09	68.12
934-1	Tēja kumelīšu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2107-4	Auglis(bumbieris)	0.67	100	0.40	0.30	9.50	42.30
				11.12	14.76	30.62	304.15
KOPĀ: 100%				36.53	44.45	113.41	1015.44
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeni 118.6 grami					
Pievienotais cukurs 17.4 grami		Kartupeļi 22.4 grami		Siers, biezpiens 50 grami			
Augļi un ogas 120.5 grami		Gala un zivs 60 grami		Piena produkti 136.6 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

**3-6g 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>	0.67	180	5.08	3.78	17.79	125.67
84-2	Sviestmaize ar sieru <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))</i>	0.67	15/4/20	5.74	9.04	7.59	137.62
				10.82	12.82	25.38	263.29
Pusdiens 48%							
302-33	Biešu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07))</i>	0.67	150/4	3.14	5.10	11.14	104.86
441	Vistas gaļas kotlete <i>(Olas(*A-03) NPKS, Maize kviešu (*A-01) NPKS, Rīvmaize (*A-01))</i>	0.67	70	10.31	10.41	8.48	176.02
718-4	Rīsi,vārīti	0.67	90	2.25	1.42	24.45	121.32
554-2	Piena mērce <i>(Milti kviešu a/(*A-01) NPKS, Piens2%(*A-07))</i>	0.67	30	0.79	1.09	2.49	22.91
132	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu <i>(Selerīja sakne(*A-09))</i>	0.67	50	0.69	2.54	2.92	35.56
957-1	Ūdens ar citronu	0.67	150	0.09	0.01	0.29	1.60
38	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				18.38	20.72	56.17	495.87
Launags 26%							
835-5	Kellogs ar pienu <i>(Kukurūzas pārslas saldās(*A-01,05,11), Piens2%(*A-07))</i>	0.67	30/150	6.66	3.18	30.96	179.28
2106-2	Auglis(banāns)	0.67	100	1.20	0.20	20.00	88.00
				7.86	3.38	50.96	267.28
KOPĀ: 100%				37.06	36.92	132.51	1026.44
Pievienotais sāls 0.9 grami		Dārzeņi 106.5 grami					
Pievienotais cukurs 3.9 grami		Kartupeļi 29.9 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 110.2 grami		Gala un zivs 60 grami		Piena produkti 296.8 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							
VIDĒJI:				36.79	40.69	122.96	1020.94
KOPĀ:				73.59	81.37	245.92	2041.88
Pievienotais sāls 1.7 grami		Dārzeņi 225.1 grami					
Pievienotais cukurs 21.3 grami		Kartupeļi 52.3 grami		Siers, biezpiens 70 grami			
Augļi un ogas 230.7 grami		Gala un zivs 120 grami		Piena produkti 433.4 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.