

Ēdienkarte**4.nedēļa, 1-2g. bērniem B/ Rudens sezona
(8)****25.09.2023**

<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 22%							
615-1	Mannas biezputra ar āboliem <i>(Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)</i>	1	100	3.21	1.32	15.61	87.23
05	Kliju maize ar sviestu <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	15/4	1.31	3.63	7.09	68.12
932-2	Tēja augļu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				4.52	4.95	24.70	163.34
Pusdienas 52%							
332-2	Sakņu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/3	2.30	2.63	5.85	56.83
422-5	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem <i>(Makaroni,radziņi(A*01) NPKS)</i>	1	150	8.95	7.16	29.29	250.85
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
				12.47	12.45	48.55	392.07
Launags 26%							
41-4	Rudzu maize ar olu <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS, Oļas(*A-03) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	15/4/25	3.91	6.31	6.61	102.60
2002-2	Cepumi <i>(Cepumi(*A-01,03,05,07,08,11))</i>	1	20	1.36	2.54	13.96	84.20
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				5.27	8.85	22.57	194.79
KOPĀ: 100%				22.26	26.25	95.82	750.20
Pievienotais sāls 1.47 grami		Dārzeņi 106.7 grami					
Pievienotais cukurs 4.58 grami		Kartupeļi 24 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 20 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 61 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**4.nedēļa, 1-2g. bērniem B/ Rudens sezona
(8)****26.09.2023**

<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 20%							
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu <i>(Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	1	100/2	2.89	2.88	17.69	109.43
08-2	Baltmaize ar ievārījumu <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS)</i>	1	8/5	0.69	0.22	7.43	34.98
932-2	Tēja augļu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				3.58	3.10	27.12	152.40
Pusdienas 58%							
441	Vistas gaļas kotlete <i>(Olas(*A-03) NPKS, Maize kviešu (*A-01) NPKS, Rīvmaize (*A-01),NPKS)</i>	1	60	8.38	12.93	8.48	178.62
704-6	Griķi ,vārtīti	1	60	2.94	0.87	16.46	87.05
553-2	Krējuma mērce <i>(Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)</i>	1	20	0.35	3.22	1.36	35.79
177-2	Tomātu salāti ar eļļu	1	50	0.54	4.10	1.79	46.25
840-2	Ogu uzpūtenis ar pienu <i>(Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)</i>	1	60/100	3.71	2.08	12.66	84.38
				15.92	23.20	40.75	432.09
Launags 21%							
828	Biezpiens ar gurķiem <i>(Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS, Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07))</i>	1	90	9.28	4.51	1.99	94.98
04	Kliju maize <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.86	0.23	4.71	25.60
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				10.38	5.22	14.58	157.37
KOPĀ: 100%				29.88	31.52	82.45	741.86
Pievienotais sāls 0.7 gramī		Dārzeņi 55 gramī					
Pievienotais cukurs 8.25 gramī		Kartupeļi 0 gramī		Siers, biezpiens 60 gramī			
Augļi un ogas 69 gramī		Gala un zivs 50 gramī		Piena produkti 179 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**4.nedēļa, 1-2g. bērniem B/ Rudens sezona
(8)****27.09.2023**

<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 36%							
604-4	Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu <i>(Auzu pārslas (*A-01), Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	100/10	2.85	3.45	16.68	109.78
68	Sviestmaize <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	15/4	1.28	3.68	7.59	69.62
912-1	Kakao ar pienu <i>(Piens 2,5%(*A-07) NPKS)</i>	1	150	4.08	2.75	12.19	90.07
				8.21	9.88	36.46	269.47
Pusdienas 38%							
D319/2	Veģetārā soļanka <i>(Krējums skābais 20%(*A-07))</i>	1	100/2	0.90	2.92	5.45	52.24
702	Dārzenu ragu ar krējumu <i>(Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)</i>	1	150/10	1.95	8.28	10.44	131.18
171	Svaigu-marinētu gurķu salāti ar eļļu	1	50	0.33	3.02	1.50	34.47
903-2	Sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
48-1	Saldskābmaize <i>(Maize saldskābā (*A-01) NPKS)</i>	1	15	0.90	0.12	7.55	36.30
				4.08	14.34	32.94	286.69
Launags 25%							
33	Graudu maize ar sieru, tomātiem <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))</i>	1	15/4/20/20	6.41	10.12	7.24	148.95
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				6.65	10.60	15.12	185.74
KOPĀ: 100%				18.94	34.82	84.52	741.90
	Pievienotais sāls 0.77 grami		Dārzeni 249.34 grami				
	Pievienotais cukurs 9 grami		Kartupeļi 24.33 grami		Siers, biezpiens 20 grami		
	Augļi un ogas 61 grami		Gala un zivs 0 grami		Piena produkti 192 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

4.nedēļa, 1-2g. bērniem B/ Rudens sezona
(8)

28.09.2023

<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 27%							
626-4	Prosas biezputra ar sviestu <i>(Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	1	100/2	4.26	3.67	20.27	132.88
051	Kliju maize ar krēmsieru un gurķi <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Krēmsiers)</i>	1	10/15/15	1.78	3.64	5.51	63.16
932-2	Tēja augļu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				6.04	7.31	27.78	204.03
Pusdienas 42%							
303-5	Borščs ar krējumu <i>(Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/3	2.23	2.63	6.45	59.01
442-1	Vistas gaļas mērce <i>(Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krējums said. 35%NPKS(*A-07))</i>	1	80	5.86	9.86	2.72	118.19
718-4	Rīsi,vārīti	1	60	1.51	0.90	16.40	80.90
139	Ķīnas kāpostu-tomātu salāti ar eļļu	1	50	0.53	2.54	2.19	33.74
957-1	Ūdens ar citronu	1	100	0.06	0.01	0.20	1.07
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				10.93	16.04	32.23	315.31
Launags 30%							
2019	Mafins <i>(Mafins)</i>	1	30	0.87	6.69	14.40	120.63
922	Piens <i>(Piens 2% (*A-07))</i>	1	150	4.23	3.75	7.09	79.05
2107-4	Auglis(bumbieris)	1	60	0.24	0.18	5.70	25.38
				5.34	10.62	27.19	225.06
KOPĀ: 100%				22.31	33.97	87.20	744.40
Pievienotais sāls 0.77 grami		Dārzeņi 122 grami					
Pievienotais cukurs 3.9 grami		Kartupeļi 15 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 67.5 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 220 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**4.nedēļa, 1-2g. bērniem B/ Rudens sezona
(8)****29.09.2023**

<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 32%							
611-4	Kviešu biezputra ar sviestu <i>(Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Kviešu putraini(*A-U1), Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	100/2	3.43	2.80	16.67	105.60
96/11	Graudu maize ar krēmsieru, tomātu <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Krēmsiers)</i>	1	10/15/20	2.29	4.48	5.94	74.23
922	Piens <i>(Piens 2% (*A-07))</i>	1	120	3.38	3.00	5.68	63.24
				9.10	10.28	28.29	243.07
Pusdienas 48%							
340-4	Svaigu kāpostu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/3	1.26	2.18	4.99	43.15
510-1	Zivju kotlete <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Zivis fileja (*A-U4), Hīvmaize (*A-01),NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)</i>	1	60	12.50	6.26	8.22	140.46
710-5	Kartupeļu biezenis <i>(Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U1), NPKS)</i>	1	80	1.78	1.85	10.95	69.06
111	Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	1	50	0.78	2.55	5.08	46.38
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	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				17.43	12.99	43.64	365.15
Launags 20%							
909	Jogurts <i>(Jogurts NPKS(*A-07))</i>	1	120	3.00	2.16	14.64	91.20
833-2	Cepts ābols ar kanēli, cukuru	1	100	0.42	0.84	13.32	62.57
				3.42	3.00	27.96	153.77
KOPĀ: 100%				29.95	26.27	99.89	761.99
Pievienotais sāls 0.65 grami		Dārzeņi 113.4 grami					
Pievienotais cukurs 4 grami		Kartupeļi 87 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 105.4 grami		Gala un zivs 55 grami		Piena produkti 319.17 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				24.67	30.57	89.98	748.07
KOPĀ:				123.34	152.83	449.88	3740.35
Pievienotais sāls 4.36 grami		Dārzeņi 646.44 grami					
Pievienotais cukurs 29.73 grami		Kartupeļi 150.33 grami		Siers, biezpiens 110 grami			
Augļi un ogas 322.9 grami		Gala un zivs 185 grami		Piena produkti 971.17 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.