

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

3x nedēļā nodrošinām 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 34%							
626-4	Prosas biežputra 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 38%							
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
139-1	Ķīnas kāpostu-tomātu salāti	1	30	0.30	1.52	1.24	19.82
117-11	Burkānu salāti ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	30	0.48	1.22	1.92	21.77
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
				11.26	11.41	28.37	292.53
Launags 28%							
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-07), 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%				30.28	28.81	87.88	769.65
Pievienotais sāls 0.74 grami		Dārzeņi 96.66 grami					
Pievienotais cukurs 1.1 grami		Kartupeļi 24 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 67.1 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 373 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	Omlēte <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	10/2	1.15	2.60	4.32	46.16
936-2	Tēja liepziedu (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.01
				9.60	11.90	9.33	188.79
Pusdienas 49%							
309-3	Dārzeņu zupa	1	100	0.90	1.03	4.48	30.53
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	9.21	10.81	8.26	192.93
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
172-1	Svaigu dārzeņu salāti ar eļļu	1	30	0.30	1.02	2.12	19.13
108-11	Biešu salāti ar eļļu	1	30	0.43	1.03	2.64	21.56
958-1	Ūdens ar apelsīnu šķēlītēm	1	100	0.06	0.01	0.53	2.46
48	Saldskābmaize <i>(Maize saldskābā (*A-01) NPKS)</i>	1	15	0.90	0.12	7.55	36.30
				13.98	14.86	39.47	376.55
Launags 26%							
40-2	Rudzu maize ar biezpiena masu un <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS, Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	30/20/10	4.62	1.39	13.62	92.26
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 (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.01
2107-4	Auglis(bumbieris)	1	60	0.24	0.18	5.70	25.38
				6.22	4.11	33.28	201.85
KOPĀ: 100%				29.80	30.87	82.08	767.19
Pievienotais sāls 1.1 grami		Dārzeņi 122.78 grami					
Pievienotais cukurs 1 grami		Kartupeļi 99.99 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 66.5 grami		Gala un zivs 46 grami		Piena produkti 49 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 28%							
613-3	Mannā biezputra ar ievārijumu <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 41%							
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
1219-1	Balto redīsu-gurķu salāti ar eļļu	1	30	0.27	1.03	0.68	13.13
168-1	Sv.kāpostu-papriku salāti	1	30	0.52	1.53	1.66	20.34
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
				11.57	14.63	33.07	306.00
Launags 31%							
356	Biezpiena masa ar ogu mērci <i>(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))</i>	1	80/20	7.99	9.73	8.72	162.14
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 (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.01
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				9.08	12.12	19.66	232.41
KOPĀ: 100%				27.75	31.92	85.59	745.99
	Pievienotais sāls 1.09 grami		Dārzeņi 108 grami				
	Pievienotais cukurs 8 grami		Kartupeļi 15 grami			Siers, biezpiens 50 grami	
	Augļi un ogas 81.1 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 28%							
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	3.87	3.32	12.72	96.34
27-1	Graudu maize ar gurķiem <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	15/4/15	1.85	4.73	6.87	78.79
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	1	100	3.00	2.00	4.50	48.00
				8.72	10.05	24.09	223.13
Pusdienas 46%							
334-3	Siera-dārzeņu 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	9.86	10.12	21.77	232.42
154-1	Redīsu-lociņu salāti ar eļļu	1	30	0.31	1.03	0.63	13.30
116-1	Burkānu zaļo zirnīšu salāti ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	30	0.57	1.22	2.12	22.90
913-2	Karkadē dzēriens (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.02
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				13.36	16.33	37.17	368.77
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	15/4/15	1.47	3.66	7.66	71.33
936-1	Tēja liepziedu (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.01
2106-2	Auglis(banāns)	1	60	0.72	0.12	12.00	52.80
				7.74	9.53	20.01	202.69
KOPĀ: 100%				29.82	35.91	81.27	794.59
Pievienotais sāls 1 grami		Dārzeni 175.8 grami					
Pievienotais cukurs 0 grami		Kartupeļi 30 grami		Siers, biezpiens 10 grami			
Augļi un ogas 60 grami		Gala un zivs 25 grami		Piena produkti 181 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.

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 biežputra 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 40%							
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
120-6	Burkānu salāti ar sēkliņām ar eļļu	1	30	0.61	2.16	2.31	32.45
140-1	Ķīnas kāpostu-zaļumu salāti ar eļļu	1	30	0.32	1.00	0.92	13.98
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
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				11.24	15.95	32.14	317.09
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	Graužamburkāni	1	30	0.39	0.03	2.16	11.91
				7.26	6.62	31.97	219.01
KOPĀ: 100%				28.68	30.07	99.17	786.31
Pievienotais sāls 0.55 grami		Dārzeņi 85 grami					
Pievienotais cukurs 6.3 grami		Kartupeļi 70 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 1 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 401.17 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				29.27	31.52	87.2	772.75
KOPĀ:				146.33	157.58	435.99	3863.73
Pievienotais sāls 4.48 grami		Dārzeņi 588.24 grami					
Pievienotais cukurs 16.4 grami		Kartupeļi 238.99 grami		Siers, biezpiens 110 grami			
Augļi un ogas 275.7 grami		Gala un zivs 201 grami		Piena produkti 1214.17 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.