

Ēdienkarte

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

25.09.2023

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 22%							
615-1	Mannas biezputra ar āboliem (Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	1	100	3.21	1.32	15.61	87.23
05	Kliju maize ar sviestu (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	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 (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	1	100/3	2.30	2.63	5.85	56.83
422-5	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem (Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)	1	150	8.95	7.16	29.29	250.85
1219-1	Redīsu-gurķu salāti ar eļļu	1	30	0.27	1.03	0.68	13.13
120/5	Burkānu salāti ar sēkliņām ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	1	30	1.06	2.81	1.80	37.76
913-2	Karkadē dzēriens	1	100	0.00	0.00	2.00	8.00
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				13.32	13.73	43.89	388.97
Launags 26%							
41-4	Rudzu maize ar olu (Maize rudzu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	15/4/25	3.91	6.31	6.61	102.60
2002-2	Cepumi (Cepumi(*A-01,03,05,07,08,11))	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%				23.11	27.53	91.16	747.10
Pievienotais sāls 1.53 grami		Dārzeņi 108.7 grami					
Pievienotais cukurs 6.58 grami		Kartupeļi 24 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 20 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 67 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

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

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 21%							
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)	1	100/2	2.89	2.88	17.69	109.43
08-2	Baltmaize ar ievārījumu (Maize kviešu (*A-01) NPKS)	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 57%							
441	Vistas gaļas kotlete (Olas(*A-03) NPKS, Maize kviešu (*A-01) NPKS, Rīvmaize (*A-01),NPKS)	1	60	8.38	12.93	8.48	178.62
704-6	Griķi ,vārīti	1	60	2.94	0.87	16.46	87.05
553-2	Krējuma mērce (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	1	20	0.35	3.22	1.36	35.79
177-1	Tomātu salāti ar eļļu	1	30	0.33	1.06	1.08	15.15
140-1	Ķīnas kāpostu-zaļumu salāti ar eļļu	1	30	0.32	1.00	0.92	13.98
840-2	Ogu uzpūtenis ar pienu (Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	1	60/100	3.71	2.08	12.66	84.38
				16.03	21.16	40.96	414.97
Launags 22%							
828	Biezpiens ar gurķiem (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS, Biezpiens vajpiena NPKS(*A-07))	1	90	9.28	4.51	1.99	94.98
04	Kliju maize (Maize,kliju (*A-01) NPKS)	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%				29.99	29.48	82.66	724.74
Pievienotais sāls 0.8 gramī		Dārzeņi 65 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			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

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

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 37%							
604-4	Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu (Auzu pārslas (*A-01), Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	100/10	2.85	3.45	16.68	109.78
68	Sviestmaize (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	15/4	1.28	3.68	7.59	69.62
912-1	Kakao ar pienu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	1	150	4.08	2.75	12.19	90.07
				8.21	9.88	36.46	269.47
Pusdienas 37%							
D319/2	Veģetārā soļanka (Krējums skābais 20%(*A-07))	1	100/2	0.90	2.92	5.45	52.24
702	Dārzenu ragu ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	1	150/10	1.95	8.28	10.44	131.18
171-1	Svaigu-marinētu gurķu salāti ar eļļu	1	30	0.20	2.01	0.91	22.51
150	Paprika	1	30	0.39	0.00	1.59	7.92
913-1	Karkadē dzēriens	1	150	0.00	0.00	3.99	15.99
48-1	Saldskābmaize (Maize saldskābā (*A-01) NPKS)	1	15	0.90	0.12	7.55	36.30
				4.34	13.33	29.93	266.14
Launags 26%							
33	Graudu maize ar sieru, tomātiem (Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))	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%				19.20	33.81	81.51	721.35
Pievienotais sāls 0.77 grami Dārzeņi 260.34 grami Siers, biezpiens 20 grami							
Pievienotais cukurs 13 grami Kartupeļi 24.33 grami Piena produkti 192 grami							
Augļi un ogas 61 grami Gala un zivs 0 grami							
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

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

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 27%							
626-4	Prosas biezputra ar sviestu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)	1	100/2	4.26	3.67	20.27	132.88
051	Kliju maize ar krēmsieru un gurķi (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Krēmsiers)	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 43%							
303-5	Borščs ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	1	100/3	2.23	2.63	6.45	59.01
442-1	Vistas gaļas mērce (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	1	80	5.86	9.86	2.72	118.19
718-4	Rīsi,vārīti	1	60	1.51	0.90	16.40	80.90
122-1	Dārzeņu salāti ar ķiplokiem	1	30	0.56	1.03	2.18	18.58
139-1	Ķīnas kāpostu-tomātu salāti	1	30	0.30	1.52	1.24	19.82
957-1	Īdens ar citronu	1	100	0.06	0.01	0.20	1.07
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				11.26	16.05	33.46	319.97
Launags 30%							
2019	Mafins (Mafins)	1	30	0.87	6.69	14.40	120.63
922	Piens (Piens 2% (*A-07))	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%				22.64	33.98	88.43	749.06
Pievienotais sāls 0.83 grami Dārzeni 128.9 grami Siers, biezpiens 15 grami							
Pievienotais cukurs 4.2 grami Kartupeļi 15 grami Piena produkti 220 grami							
Augļi un ogas 68.3 grami Gala un zivs 40 grami							
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							

Ēdienkarte

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

29.09.2023

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 32%							
611-4	Kviešu biezputra ar sviestu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Kviešu putraini(*A-01), Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	100/2	3.43	2.80	16.67	105.60
96/11	Graudu maize ar krēmsieru, tomātu (Maize graudu (A*-01), NPKS, Krēmsiers)	1	10/15/20	2.29	4.48	5.94	74.23
922	Piens (Piens 2% (*A-07))	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 (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	1	100/3	1.26	2.18	4.99	43.15
510-1	Zivju kotlete (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Zivis fileja (*A-04), Hīvmaize (*A-01),NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	1	60	12.50	6.26	8.22	140.46
710-5	Kartupeļu biezenis (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	80	1.78	1.85	10.95	69.06
111-1	Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	1	30	0.44	1.53	2.87	26.96
169-1	Sv.kāpostu -zaļumu salāti	1	30	0.56	1.64	2.01	22.84
903-2	Sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				17.65	13.61	43.44	368.57
Launags 20%							
909	Jogurts (Jogurts NPKS(*A-07))	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%				30.17	26.89	99.69	765.41
Pievienotais sāls 0.75 grami				Dārzeņi 118.2 grami			
Pievienotais cukurs 4.1 grami				Kartupeļi 87 grami			
Augļi un ogas 105.7 grami				Siers, biezpiens 15 grami			
				Gala un zivs 55 grami			
				Piena produkti 319.17 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							
VIDĒJI:				25.02	30.34	88.69	741.53
KOPĀ:				125.11	151.69	443.45	3707.66
Pievienotais sāls 4.68 grami				Dārzeņi 681.14 grami			
Pievienotais cukurs 36.13 grami				Kartupeļi 150.33 grami			
Augļi un ogas 324 grami				Siers, biezpiens 110 grami			
				Piena produkti 977.17 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.