

Ēdienkarte

4.nedēļa, 3-6g. bērniem B/ Rudens sezona
// (8)

25.09.2023

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 24%							
615-1	Mannas biezputra ar āboliem (Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	0.67	150	4.79	1.97	23.32	130.25
05	Kliju maize ar sviestu (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4	1.31	3.63	7.09	68.12
932-2	Tēja augļu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				6.10	5.60	33.40	210.36
Pusdienas 49%							
332-2	Sakņu zupa ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.43	3.82	8.72	83.79
422-5	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem (Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)	0.67	150	8.95	7.16	29.29	250.85
1219-1	Redīsu-gurķu salāti ar eļļu	0.67	30	0.27	1.03	0.68	13.13
120/5	Burkānu salāti ar sēkliņām ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	30	1.06	2.81	1.80	37.76
913-2	Karkadē dzēriens	1	150	0.01	0.00	2.99	12.01
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.83	14.97	49.88	431.14
Launags 27%							
41-4	Rudzu maize ar olu (Maize rudzu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4/25	3.91	6.31	6.61	102.60
2002-2	Cepumi (Cepumi(*A-01,03,05,07,08,11))	0.67	30	2.04	3.81	20.94	126.30
936-2	Tēja liepziedu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				5.95	10.12	30.54	240.89
KOPĀ: 100%				26.88	30.69	113.82	882.39
Pievienotais sāls 2.03 gramī		Dārzeņi 123.3 gramī					
Pievienotais cukurs 9.9 gramī		Kartupeļi 35.8 gramī		Siers, biezpiens 0 gramī			
Augļi un ogas 29.9 gramī		Gala un zivs 40 gramī		Piena produkti 92.6 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, 3-6g. bērniem B/ Rudens sezona
// (8)

26.09.2023

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 25%							
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-01), NPKS)	0.67	150/4	4.32	5.13	26.45	171.05
08-2	Baltmaize ar ievārījumu (Maize kviešu (*A-01) NPKS)	0.67	15/10	1.30	0.40	14.36	67.30
932-2	Tēja augļu (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
				5.62	5.53	40.81	238.36
Pusdienas 54%							
441	Vistas gaļas kotlete (Olas(*A-03) NPKS, Maize kviešu (*A-01) NPKS, Rīvmaize (*A-01),NPKS)	0.67	60	8.38	12.93	8.48	178.62
704-6	Griķi ,vārīti	0.67	90	4.40	1.31	24.59	130.09
553-2	Krējuma mērce (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	30	0.52	4.83	2.01	53.53
177-1	Tomātu salāti ar eļļu	0.67	30	0.33	1.06	1.08	15.15
140-1	Ķīnas kāpostu-zaļumu salāti ar eļļu	0.67	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)	0.67	90/150	5.54	3.11	18.88	125.90
				19.49	24.24	55.96	517.27
Launags 20%							
828	Biezpiens ar gurķiem (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS, Biezpiens vajpiena NPKS(*A-07))	0.67	90	9.28	4.51	1.99	94.98
04	Kliju maize (Maize,kliju (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.29	0.35	7.06	38.40
936-2	Tēja liepziedu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2100-1	Auglis(ābols)	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				10.97	5.66	21.84	193.37
KOPĀ: 100%				36.08	35.43	118.61	949.00
Pievienotais sāls 0.8 gramī		Dārzeņi 65 gramī					
Pievienotais cukurs 9.3 gramī		Kartupeļi 0 gramī		Siers, biezpiens 60 gramī			
Augļi un ogas 113.4 gramī		Gala un zivs 50 gramī		Piena produkti 257.9 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, 3-6g. 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)	0.67	150/15	4.26	5.15	24.45	162.17
68	Sviestmaize (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4	1.28	3.68	7.59	69.62
912-1	Kakao ar pienu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	0.67	150	4.08	2.75	12.19	90.07
				9.62	11.58	44.23	321.86
Pusdienas 39%							
D319/2	Veģetārā soļanka (Krējums skābais 20%(*A-07))	0.67	150/4	1.37	4.55	8.18	79.80
702	Dārzenu ragu ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	200/20	2.79	12.39	14.12	188.51
171-1	Svaigu-marinētu gurķu salāti ar eļļu	0.67	30	0.20	2.01	0.91	22.51
150	Paprika	0.67	30	0.39	0.00	1.59	7.92
913-2	Karkadē dzēriens	1	150	0.01	0.00	2.99	12.01
48-1	Saldskābmaize (Maize saldskābā (*A-01) NPKS)	0.67	15	0.90	0.12	7.55	36.30
				5.66	19.07	35.34	347.05
Launags 24%							
33	Graudu maize ar sieru, tomātiem (Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))	0.67	15/4/20/20	6.41	10.12	7.24	148.95
936-2	Tēja liepziedu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2100-1	Auglis(ābols)	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				6.81	10.92	20.03	208.94
KOPĀ: 100%				22.09	41.57	99.60	877.85
Pievienotais sāls 1 grami		Dārzeņi 324 grami					
Pievienotais cukurs 13 grami		Kartupeļi 36.3 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 101.5 grami		Gala un zivs 0 grami		Piena produkti 229.6 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, 3-6g. bērniem B/ Rudens sezona
// (8)

28.09.2023

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 28%							
626-4	Prosas biezputra ar sviestu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	6.37	6.30	30.24	205.86
051	Kliju maize ar krēmsieru un gurķi (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Krēmsiers)	0.67	15/15/15	2.25	3.76	7.99	76.67
932-2	Tēja augļu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				8.62	10.06	41.22	294.52
Pusdienas 38%							
303-5	Borščs ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.32	3.83	9.62	87.08
442-1	Vistas gaļas mērce (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	0.67	80	5.86	9.86	2.72	118.19
718-4	Rīsi,vārīti	0.67	90	2.25	1.42	24.45	121.32
122-1	Dārzeņu salāti ar ķiplokiem	0.67	30	0.56	1.03	2.18	18.58
139-1	Ķīnas kāpostu-tomātu salāti	0.67	30	0.30	1.52	1.24	19.82
957-1	Īdens ar citronu	0.67	150	0.09	0.01	0.29	1.60
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				13.49	17.82	46.90	400.19
Launags 34%							
2019	Mafins (Mafins)	0.67	60	1.74	13.38	28.80	241.26
922	Piens (Piens 2% (*A-07))	0.67	150	4.23	3.75	7.09	79.05
2107-4	Auglis(bumbieris)	1	100	0.40	0.30	9.50	42.30
				6.37	17.43	45.39	362.61
KOPĀ: 100%				28.48	45.31	133.51	1057.32
Pievienotais sāls 1.06 grami Dārzeņi 155 grami Pievienotais cukurs 5.9 grami Kartupeļi 22.4 grami Siers, biezpiens 15 grami Augļi un ogas 111.5 grami Gala un zivs 40 grami Piena produkti 252.6 grami (Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

Ēdienkarte**4.nedēļa, 3-6g. bērniem B/ Rudens sezona****// (8)****29.09.2023**

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 35%							
611-4	Kviešu biezputra ar sviestu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Kviešu putraiņi(*A-01), Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	5.13	5.01	24.87	165.10
96/11	Graudu maize ar krēmsieru, tomātu (Maize graudu (A*-01), NPKS, Krēmsiers)	0.67	15/15/20	2.77	4.88	7.75	87.38
922	Piens (Piens 2% (*A-07))	0.67	150	4.23	3.75	7.09	79.05
				12.13	13.64	39.71	331.53
Pusdienas 46%							
340-4	Svaigu kāpostu zupa ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	1.87	3.11	7.45	63.11
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)	0.67	60	12.50	6.26	8.22	140.46
710-5	Kartupeļu biezenis (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	120	2.65	2.77	16.35	103.18
111-1	Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	0.67	30	0.44	1.53	2.87	26.96
169-1	Sv.kāpostu -zaļumu salāti	0.67	30	0.56	1.64	2.01	22.84
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				19.13	15.46	55.27	438.77
Launags 19%							
909	Jogurts (Jogurts NPKS(*A-07))	0.67	150	3.75	2.70	18.30	114.00
833-2	Cepts ābols ar kanēli, cukuru	0.67	100	0.42	0.84	13.32	62.57
				4.17	3.54	31.62	176.57
KOPĀ: 100%				35.43	32.64	126.60	946.87
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeņi 137.7 grami					
Pievienotais cukurs 4.3 grami		Kartupeļi 129.9 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 105.7 grami		Gala un zivs 55 grami		Piena produkti 413.8 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							
VIDĒJI:				29.79	37.13	118.43	942.69
KOPĀ:				148.96	185.64	592.14	4713.43
Pievienotais sāls 5.69 grami		Dārzeņi 805 grami					
Pievienotais cukurs 42.4 grami		Kartupeļi 224.4 grami		Siers, biezpiens 110 grami			
Augļi un ogas 462 grami		Gala un zivs 185 grami		Piena produkti 1246.5 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Gerais pasūtīj. 4.nedēļa, 3-6g.

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 5