

Ēdienkarte**3-6g.bērniem, 3.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.

15.04.2024

<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%							
630-5	Rīsu biezputra ar sviestu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	0.67	150/4	4.57	5.22	26.54	171.60
39	Kliju maize ar ievārijumu <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15/10	1.33	0.35	13.86	65.80
934-2	Tēja-kumelišu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				5.90	5.57	43.39	249.39
Pusdienas 46%							
349-2	Zemnieku zupa ar krējumu <i>(Putraimi miežu(*A-01) , Krēj. skābais 20%(*A-U/), NPKS)</i>	0.67	150/4	3.60	4.22	8.97	90.98
425-1	Maltās gaļas mērce <i>(Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))</i>	0.67	80	6.49	8.62	3.11	137.37
713-6	Makaroni, vārīti <i>(Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)</i>	0.67	90	2.33	0.96	24.34	126.05
118-2	Burkānu salāti ar eļļu	0.67	30	0.57	3.74	3.80	53.18
128-1	Gurķu-tomātu salāti ar eļļu	0.67	30	0.44	1.57	1.39	21.45
957-1	Ūdens ar citronu	0.67	150	0.09	0.01	0.29	1.60
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.63	19.27	48.30	464.23
Launags 29%							
817-3	Biezpiena masa ar rozīnēm <i>(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))</i>	0.67	100	9.78	8.67	12.57	177.27
68	Sviestmaize <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	15/4	1.28	3.68	7.59	69.62
936-2	Tēja liepziedu (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
2100-1	Auglis(ābols)	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				11.46	13.15	29.96	294.90
KOPĀ: 100%				31.99	37.99	121.65	1008.52
Pievienotais sāls 1.1 grami		Dārzeņi 122.2 grami					
Pievienotais cukurs 10 grami		Kartupeļi 44.8 grami		Siers, biezpiens 62.5 grami			
Augļi un ogas 121.7 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 119.85 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, 3.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.

16.04.2024

<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 24%							
326-2	Piena zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	180	4.19	3.18	17.18	114.26
14/1	Baltmaize ar krēmsieru <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Krēmsiers)</i>	0.67	15/20	2.38	4.94	8.28	88.10
2107-4	Auglis(bumbieris)	0.67	100	0.40	0.30	9.50	42.30
				6.97	8.42	34.96	244.66
Pusdienas 49%							
365-1	Bērnu soļanka veģetārā/krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/4	1.21	2.04	7.02	51.80
410	Cūkgaļas kotlete <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Rīvmaize (*A-01),NPKS)</i>	0.67	60	10.23	10.64	9.62	203.36
704-6	Griķi ,vārīti	0.67	90	4.40	1.31	24.59	130.09
554-2	Piena mērce <i>(Milti kviešu a/(*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	30	0.79	1.09	2.49	22.91
166-11	Sv. kāpostu- tomātu salāti ar eļļu	0.67	30	0.70	3.06	2.93	39.63
150	Paprika	0.67	30	0.58	0.00	2.37	11.83
913-2	Karkadē dzēriens (bez cukura)	0.67	150	0.01	0.00	0.00	0.03
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				19.03	18.29	55.42	493.25
Launags 26%							
335-5	Kellogs ar pienu <i>(Kukurūzas pārslas saldās(*A-01,05,11), Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	30/150	6.66	3.18	30.96	179.28
05-1	Kliju maize ar sviestu, gurķiem <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	15/4/20	1.47	3.65	7.61	70.94
940-2	Tēja piparmētru	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				8.13	6.83	41.56	262.21
KOPĀ: 100%				34.13	33.54	131.94	1000.12
	Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeņi 143.4 grami				
	Pievienotais cukurs 6.7 grami		Kartupeļi 28.8 grami		Siers, biezpiens 20 grami		
	Augļi un ogas 102.2 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 267 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, 3.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.

17.04.2024

<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 31%							
610-3	Kukurūzas biezu putra ar sviestu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	0.67	150/4	4.77	5.43	27.15	178.40
81/3	Sviestmaize ar sieru <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))</i>	0.67	15/4/15	4.62	7.70	7.59	120.62
936-2	Tēja liepziedu (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
				9.39	13.13	34.74	299.03
Pusdienas 44%							
413-4	Cūkgaļas/dārzeņu sautējums,krējums <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/10	8.82	10.02	15.80	208.47
1125	Gurķi,svaigi	0.67	30	0.36	0.04	1.16	6.32
100-1	Balto redīsu-burkānu salāti ar eļļu	0.67	30	0.51	2.24	1.90	30.92
872-6	Jogurta krēms ar sīrupa ķīseli <i>(Krējums sald. 35%NPKS(*A-07), Jogurts NPKS(*A-07))</i>	0.67	60/150	1.12	3.29	26.78	142.46
88-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				11.92	15.74	52.04	421.77
Launags 25%							
22	Cepta baltmaize olā <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	30	2.74	3.87	11.73	94.37
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	0.67	200	6.00	4.00	9.00	96.00
2100-1	Auglis(ābols)	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				9.14	8.67	30.53	238.37
KOPĀ: 100%				30.45	37.54	117.31	959.17
Pievienotais sāls 0.25 grami		Dārzeni 153.1 grami					
Pievienotais cukurs 8.66 grami		Kartupeļi 76.67 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 361.73 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, 3.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.

18.04.2024

<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%							
613-5	Mannā biezputra ar zemeņu mērci <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Mannā (*A-01) NPKS)</i>	0.67	150/20	5.12	2.07	24.80	138.54
66-1/	Sausmaizīte <i>(Sausmaizīte *A-01))</i>	0.67	10	1.28	0.04	7.64	36.00
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	0.67	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				12.40	6.11	41.44	270.54
Pusdienas 46%							
302-33	Biešu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/4	3.18	5.11	11.54	106.80
479	Vistas gaļas bumbiņas sautētas <i>(Olas(*A-03) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	100	6.58	8.23	5.63	118.24
718-4	Rīsi,vārīti	0.67	90	2.25	1.42	24.45	121.32
172-1	Svaigu dārzeņu salāti ar eļļu	0.67	30	0.46	1.53	1.70	22.70
117-1	Burkānu salāti ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	30	0.73	1.84	2.98	33.17
958-1	Ūdens ar apelsīnu šķēlītēm	0.67	150	0.09	0.02	0.79	3.67
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.40	18.30	53.49	439.50
Launags 26%							
05	Kliju maize ar sviestu, sieru <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))</i>	0.67	15/4/15	4.65	7.65	7.09	119.12
2002-2	Cepumi <i>(Cepumi(*A-01,03,05,06,07,08,11))</i>	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
				6.69	11.46	31.02	257.41
KOPĀ: 100%				33.49	35.87	125.95	967.45
Pievienotais sāls 1.1 grami		Dārzeņi 146.6 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Pievienotais cukurs 8.7 grami		Kartupeļi 37.3 grami		Piena produkti 309.1 grami			
Augļi un ogas 24.6 grami		Gala un zivs 40 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, 3.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.

19.04.2024

<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 33%							
606-4	Auzu pārslu biezputra ar sviestu <i>(Auzu pārslas (*A-01), Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/4	4.65	6.27	16.36	141.44
33	Graudu maize ar tomātiem <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	15/4/15	1.89	4.75	7.05	79.88
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	0.67	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				12.54	15.02	32.41	317.32
Pusdienas 43%							
358-3	Dārzeņu zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS)</i>	0.67	150	1.25	1.89	8.53	57.16
510-1	Zivju kotlete <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Zivis fileja (*A-04), Hīvmaize (*A-01),NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	60	11.55	6.23	8.22	136.41
710-5	Kartupeļu biezenis <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	120	2.65	2.77	16.35	103.18
137-1	Ķīnas kāpostu-kukurūzas salāti ar eļļu	1	30	0.34	1.03	1.35	16.19
155-1	Redīsu-lociņu salāti ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	30	0.63	1.24	1.07	18.32
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
48	Saldskābmaize <i>(Maize saldskābā (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15	0.90	0.12	7.55	36.30
				17.32	13.28	55.04	416.18
Launags 24%							
41-4	Rudzu maize ar olu <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	15/4/20	3.35	5.73	6.57	94.74
157-12	Rūjienas salāti ar eļļu	0.67	100	1.86	4.05	8.43	78.78
936-2	Tēja liepziedu	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
				5.61	10.08	27.49	227.81
KOPĀ: 100%				35.47	38.38	114.94	961.31
Pievienotais sāls 0.9 grami		Dārzeni 195.8 grami					
Pievienotais cukurs 5.4 grami		Kartupeļi 130.6 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 338.8 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							
VIDĒJI:				33.11	36.66	122.36	979.31
KOPĀ:				165.53	183.32	611.79	4896.57
Pievienotais sāls 4.15 grami		Dārzeni 761.1 grami					
Pievienotais cukurs 39.46 grami		Kartupeļi 318.17 grami		Siers, biezpiens 112.5 grami			
Augļi un ogas 448.5 grami		Gala un zivs 220 grami		Piena produkti 1396.48 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.