

Ēdienkarte**1-2 g.bērniem 1.nedēļa /Ziemas sezona
(4)**3 x nedēļā nodrošinām LAD progr. "Piens un augļi
kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma
5.punktā minēto produktu daudzumos.**28.11.2022**

<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 21%							
326-2	Piena zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS, Piens2%(*A-U/), Sviests 82% (*A-07))</i>	1	120	1.57	0.98	11.96	62.96
2002-2	Cepumi <i>(Cepumi(*A-01,03,05,07,08,11))</i>	1	20	1.36	2.54	13.96	84.20
				2.93	3.52	25.92	147.16
Pusdienas 47%							
334-2	Siera-dārzenu zupa <i>(Krējums sald. 35%NPKS(*A-07), Krēmsiers NPKS (*A-07))</i>	1	120	1.98	5.43	7.67	88.95
408	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem <i>(Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))</i>	1	80	8.48	10.74	2.07	139.07
704-6	Griķi ,vārīti	1	60	1.64	0.43	8.07	42.70
175-1	Tomāti ,svaigi	1	30	0.33	0.06	1.14	6.42
167-1	Sv.kāpostu-kukurūzas salāti ar krēj. <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07))</i>	1	30	0.65	1.27	2.36	22.42
903-2	Sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
				13.08	17.93	29.31	332.06
Launags 18%							
323-2	Biezpiena sacepums ar krēj/ievār <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Mannā (*A-01) NPKS, Oļas(*A-03) NPKS, Krēj. skābais</i>	1	80/5/5	10.24	2.83	9.23	106.10
934-2	Tēja kumelīšu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2108.2	Graužamburkāni	1	40	0.52	0.04	2.88	15.88
				10.76	2.87	14.11	129.97
Cits 14%							
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	1	100	3.00	2.00	4.50	48.00
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				3.40	2.80	14.30	96.00
KOPĀ: 100%				30.17	27.12	83.64	705.19
	Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeņi 131 grami				
	Pievienotais cukurs 4.5 grami		Kartupeļi 36 grami		Siers, biezpiens 70 grami		
	Augļi un ogas 100 grami		Gala un zivs 46 grami		Piena produkti 114 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**1-2 g.bērniem 1.nedēļa /Ziemas sezona
(4)**3 x nedēļā nodrošinām LAD progr. "Piens un augļi
kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma
5.punktā minēto produktu daudzumos.**29.11.2022**

<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 15%							
1017-1	Omelete <i>(Olas(*A-03) NPKS, Piens2%(*A-07), Sviests 82% (*A-07))</i>	1	80	4.27	4.15	4.77	73.71
51-1	Saldskābmaize ar sviestu <i>(Maize saldskābā (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07))</i>	1	10/2	0.61	1.72	5.05	39.06
940-2	Tēja piparmētru	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				4.88	5.87	11.82	120.76
Pusdienas 54%							
303-4	Borščs ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07))</i>	1	120/3	2.81	3.14	9.05	75.69
441	Vistas gaļas kotlete <i>(Olas(*A-03) NPKS, Maize kviešu (*A-01) NPKS, Rīvmaize (*A-01))</i>	1	60	11.78	10.41	8.48	176.02
747-2	Pērļu grūbas,vārītas <i>(Pērļu grūbas)</i>	1	80	1.40	0.44	13.80	64.76
553-2	Krējuma mērce <i>(Milti kviešu a/(*A-01) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07))</i>	1	20	0.35	2.22	1.36	26.79
194-1	Vitamīnu salāti ar eļļu	1	30	0.40	1.54	1.91	22.10
117-11	Burkānu salāti ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07))</i>	1	30	0.48	1.22	1.92	21.77
903-2	Sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
				17.22	18.97	44.52	419.63
Launags 25%							
632-2	Rīsu biezputra ar ievārījumu <i>(Piens2%(*A-07))</i>	1	120/5	3.50	1.44	24.36	124.51
68-1	Sviestmaize <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07))</i>	1	8/2	0.68	1.86	4.05	36.14
932-2	Tēja augļu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2107-4	Auglis(bumbieris)	1	60	0.24	0.18	5.70	25.38
				4.42	3.48	36.11	194.02
Cits 6%							
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	1	100	3.00	2.00	4.50	48.00
				3.00	2.00	4.50	48.00
KOPĀ: 100%				29.52	30.32	96.95	782.41
Pievienotais sāls 1.1 grami		Dārzeņi 96 grami					
Pievienotais cukurs 5.9 grami		Kartupeļi 30 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 62 grami		Gala un zivs 60 grami		Piena produkti 279 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

**1-2 g.bērniem 1.nedēļa /Ziemas sezona
(4)**

3 x nedēļā nodrošinām LAD progr. "Piens un augļi
kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma
5.punktā minēto produktu daudzumos.

30.11.2022

<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 23%							
610-2	Kukurūzas biezputra ar sviestu <i>(Piens2%(*A-07), Sviests 82% (*A-07))</i>	1	120/2	2.60	2.33	19.14	107.95
14-1	Baltmaize ar krēmsieru <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Krēmsiers NPKS (*A-07))</i>	1	8/15	1.51	3.62	4.57	57.43
199-2	Dārzeņu plate(tomāti, burkāni,baltie	1	50	0.60	0.06	2.49	14.21
934-1	Tēja kumelīšu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				4.71	6.01	28.20	187.58
Pusdienas 43%							
350-1/2	Šķelto zirņu zupa/krējums <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07))</i>	1	120/3	3.29	3.69	7.08	75.47
412-2	Cūkgaļas strogonovs <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS)</i>	1	80	9.44	10.83	3.03	147.31
706-1	Kartupeļi, vārīti	1	100	2.06	0.10	15.24	72.31
111-1	Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	1	30	0.44	1.53	2.87	26.96
1211-2	Ābolu,ķirbju salāti ar burkāniem, eļļu	1	30	0.41	0.11	3.38	17.20
913-2	Karkadē dzēriens	1	100	0.00	0.00	2.00	8.00
				15.64	16.26	33.60	347.25
Launags 34%							
1024-1	Rauga pankūkas ar ievārījumu <i>(Piens2%(*A-07), Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Ūlas(*A-03) NPKS)</i>	1	60/10	3.04	1.73	23.06	119.80
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				9.44	6.53	43.86	271.79
KOPĀ: 100%				29.79	28.80	105.66	806.62
Pievienotais sāls 1.1 grami		Dārzeni 136.3 grami					
Pievienotais cukurs 9.1 grami		Kartupeļi 127 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 110 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 257 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**1-2 g.bērniem 1.nedēļa /Ziemas sezona
(4)**

3 x nedēļā nodrošinām LAD progr. "Piens un augļi

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

01.12.2022

<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 23%							
606-2	Auzu pārslu biezputra ar sviestu <i>(Auzu pārslas NPKS (*A-01), Piens2%(*A-01), Sviests 82% (*A-07))</i>	1	120/2	4.45	4.40	13.89	113.07
68	Sviestmaize <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07))</i>	1	15/4	1.28	3.68	7.59	69.62
938-2	Tēja melnā	1	100	0.01	0.00	2.00	8.01
				5.74	8.08	23.48	190.70
Pusdienas 45%							
515	Zivju frikadeles ar tomātu mērci <i>(Zivis smalkmasa(*A-04), Maize kviešu (*A-01) NPKS, Piens2%(*A-07), Olas(*A-03) NPKS, Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))</i>	1	60/30	16.07	4.89	7.58	143.31
718-1	Rīsi, vārīti	1	90	2.30	0.72	24.99	117.49
148-1	Marinēti ķirbji	1	30	0.27	0.02	2.62	11.98
165-11	Sv. kāpostu -burkānu salāti ar eļļu	1	30	0.50	1.03	2.07	18.02
872-4	Jogurta krēms ar ogu ķīseli <i>(Krējums sald. 35%NPKS(*A-07), Jogurts NPKS(*A-07))</i>	1	30/100	0.74	4.44	9.03	79.01
				19.88	11.10	46.29	369.81
Launags 32%							
707-2	Apcepti kartupeļi ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07))</i>	1	120/5	3.60	3.57	25.65	152.79
124-3	Gurķi, marinēti	1	20	0.15	0.00	0.90	4.20
914-3	Kefīrs <i>(Kefīrs 2%NPKS (*A-07))</i>	1	100	3.00	2.00	4.50	48.00
2106-2	Auglis(banāns)	1	60	0.72	0.12	12.00	52.80
				7.47	5.69	43.05	257.79
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 1 grami		Dārzeņi 87 grami					
Pievienotais cukurs 11.3 grami		Kartupeļi 172 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 73 grami		Gala un zivs 75 grami		Piena produkti 251 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**1-2 g.bērniem 1.nedēļa /Ziemas sezona
(4)**3 x nedēļā nodrošinām LAD progr. "Piens un augļi
kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma
5.punktā minēto produktu daudzumos.**02.12.2022**

<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 15%							
633-2	Prosas biežputra ar ievārījumu <i>(Piens2%(*A-07))</i>	1	120/5	2.13	0.75	13.98	71.32
25-1	Graudu maīze ar sviestu <i>(Maīze graudu (A*-01), Sviests 82% (*A-07))</i>	1	8/2	0.92	1.59	3.45	32.47
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				3.05	2.34	19.43	111.78
Pusdienas 39%							
340-3	Svaīgu kāpostu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07))</i>	1	120/3	1.44	0.08	5.97	28.70
474	Vistas gabaliņi ar dārzeņiem <i>(Sviests 82% (*A-07), Krējums sald. 35%NPKS(*A-07), Milti kviešu a//(*A-01) NPKS)</i>	1	80	10.24	6.83	3.89	118.64
713-5	Makaroni, vārīti <i>(Pilngraudu makaroni(*A-01) NPKS)</i>	1	80	1.08	0.98	11.64	67.66
108-11	Biešu salāti ar eļļu	1	30	0.43	1.03	2.64	21.56
100-2	Balto redīsu-burkānu salāti ar krēj <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07))</i>	1	30	0.47	1.22	1.29	18.66
903-2	Sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
				13.66	10.14	33.43	287.72
Launags 25%							
36	Karstmaīze ar sieru <i>(Maīze tosteru (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))</i>	1	20/4/15	4.99	4.63	7.48	92.55
2002-2	Cepumi <i>(Cepumi(*A-01,03,05,07,08,11))</i>	1	20	1.36	2.54	13.96	84.20
938-2	Tēja melnā	1	100	0.01	0.00	2.00	8.01
				6.36	7.17	23.44	184.76
Cits 20%							
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				6.40	4.80	18.80	144.00
KOPĀ: 100%				29.47	24.45	95.10	728.26
Pievienotais sāls 1.1 grami		Dārzeņi 123.9 grami					
Pievienotais cukurs 4 grami		Kartupeļi 21 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Gala un zivs 56 grami		Piena produkti 221 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				30.41	27.11	98.83	768.16
KOPĀ:				152.04	135.56	494.17	3840.78
Pievienotais sāls 5.1 grami		Dārzeņi 574.2 grami					
Pievienotais cukurs 34.8 grami		Kartupeļi 386 grami		Siers, biezpiens 100 grami			
Augļi un ogas 445 grami		Gala un zivs 287 grami		Piena produkti 1122 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.