

Ēdienkarte

3.nedēla 3-6g.bērniem B/Ziemas sezona Kuldīga PII (8)

Pirmdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 32%							
613-3	Mannā biezputra ar ievārījumu (Piens 2%(*A-07) NPKS, Mannā (*A-01) NPKS)	0.67	150/15	5.06	2.01	31.07	162.89
06	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
911-4	Kafijas dzēriens ar pienu (Miežu kafijas dzēriens(*A-01), Piens 2%(*A-07) NPKS)	1	150	3.88	2.45	10.24	78.76
				10.25	8.09	48.40	309.77
Pusdienas 48%							
257-3	Rasolņiks ar krējumu (Grūbas (*A01) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.27	3.94	12.18	99.64
712-5	Makaroni ar sieru (Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))	0.67	120/30	9.70	10.96	31.30	279.31
165	Sv. kāpostu-burkānu salāti ar eļļu	0.67	50	0.82	2.05	5.39	40.75
963	Dzeramais ūdens ar upenēm	0.67	150	0.10	0.02	0.71	3.39
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				15.00	17.12	55.98	456.69
Launags 20%							
29	Graudu maize ar sviestu un desu (70%) (Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	20/4/20	5.11	7.51	8.93	125.52
125-1	Gurķi,svaigi	0.67	30	0.24	0.03	0.78	4.23
934-2	Tēja-kumelīšu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2100	Auglis(ābols)	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				5.75	8.34	22.50	189.74
KOPĀ: 100%				31.00	33.55	126.88	956.20
Pievienotais sāls 0.7 grami Dārzeņi 97.7 grami Siers, biezpiens 30 grami							
Pievienotais cukurs 10 grami Kartupeļi 44.8 grami Piena produkti 224.6 grami							
Augļi un ogas 111.7 grami Gala un zivs 20 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

**3.nedēļa 3-6g.bērniem B/Ziemas
sezona Kuldīga PII (8)**

Otrdiena

<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 30%							
606-4	Auzu pārslu biezputra ar sviestu <i>(Auzu pārslas (*A-01), NPKS, Piens 2%(*A-07), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/3	5.54	6.05	18.64	152.21
28	Graudu maize ar ievārījumu <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS)</i>	0.67	15/10	1.75	1.44	13.25	74.35
922-2	Piens <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	1	150	4.50	3.00	6.75	72.00
				11.79	10.49	38.64	298.56
Pusdienas 50%							
405-1	Cūkgaļa burkānu mērcē <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Milti kviešu a/l(*A-01)BL)</i>	0.67	80	6.85	7.93	4.60	139.10
704-6	Griķi ,vārīti	0.67	90	4.40	1.31	24.59	130.09
141	Ķīnas kāpostu -paprikas salāti	0.67	50	0.50	2.00	1.56	26.20
845	Rīsi ar putukrēj./dzērveņu sīrupa ķīseli <i>(Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	0.67	50/150	1.14	11.04	15.80	167.09
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.00	22.43	52.95	496.08
Launags 20%							
051	Kliju maize ar krēmsieru un gurķi <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Krēmsiers)</i>	0.67	15/15/20	2.29	3.77	8.12	77.37
120-2	Burkānu salāti ar sēkliņām ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	50	1.78	4.68	3.01	62.92
932-2	Tēja augļu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2107	Auglis(bumbieris)	1	100	0.40	0.30	9.50	42.30
				4.47	8.75	23.62	194.58
KOPĀ: 100%				30.26	41.67	115.21	989.22
Pievienotais sāls 0.5 grami Dārzeņi 133.7 grami Siers, biezpiens 15 grami							
Pievienotais cukurs 10 grami Kartupeļi 0 grami Piena produkti 318.7 grami							
Augļi un ogas 100 grami Gala un zivs 40 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

**3.nedēļa 3-6g.bērniem B/Ziemas
sezona Kuldīga PII (8)**

Trešdiena

<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 29%							
626-4	Prosas biezputra ar sviestu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	0.67	150/3	6.14	5.33	29.68	193.96
05	Kliju maize ar sviestu, gurķi <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
936-2	Tēja liepziedu	0.67	150	0.00	0.00	2.00	7.99
				7.61	8.98	39.29	272.89
Pusdienas 38%							
347-3	Vistas zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS)</i>	1	150	4.21	4.13	7.00	83.24
433-1	Slinkie kāpostu tīteņi ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/10	9.40	8.18	22.64	218.30
175	Tomāti ,svaigi	0.67	50	0.55	0.10	1.90	10.70
958	Dzeramais ūdens ar apelsīnu	0.67	150	0.09	0.02	0.79	3.67
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	0.67	20	1.48	0.20	8.54	44.80
				15.73	12.63	40.87	360.71
Launags 32%							
824-1	Biezpiena saldā masa <i>(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	0.67	80	9.11	7.30	6.67	138.12
68	Sviestmaize <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	0.67	15/4	1.28	3.68	7.59	69.62
940-2	Tēja piparmētru	0.67	150	0.00	0.00	2.00	7.98
2106-2	Auglis(banāns)	1	100	1.20	0.20	20.00	88.00
				11.59	11.18	36.26	303.72
KOPĀ: 100%				34.93	32.79	116.42	937.32
Pievienotais sāls 0.98 grami Dārzeņi 175.5 grami Siers, biezpiens 60 grami							
Pievienotais cukurs 10 grami Kartupeļi 26.25 grami Piena produkti 123.1 grami							
Augļi un ogas 109.7 grami Gala un zivs 58.75 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.nedēļa 3-6g.bērniem B/Ziemas sezona Kuldīga PII (8)

Ceturtdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 21%							
370-1	Piena zupa ar miežu putraimiem (Piens 2%(*A-07), NPKS, Putraimi miežu(*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	180	4.66	5.78	14.60	129.01
27	Graudu maize ar gurķiem (Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4/20	1.89	4.74	7.00	79.49
				6.55	10.52	21.60	208.50
Pusdienas 47%							
303-5	Borščs ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.41	3.83	10.04	88.88
510-1	Zivju kotlete (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Zivis fileja (*A-04), Rīvmaize (*A-01), Olas(*A-03) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)	1	60	12.91	6.35	10.48	152.34
718-4	Rīsi,vārīti	0.67	90	2.25	1.42	24.45	121.32
554-2	Piena mērce (Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Piens 2%(*A-07) NPKS)	0.67	30	0.79	1.09	2.49	22.91
101	Balto redīsu-burkānu salāti ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	50	0.77	2.04	2.15	31.09
957	Dzeramais ūdens ar citronu	1	150	0.09	0.01	0.29	1.61
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				21.33	14.89	56.30	451.75
Launags 32%							
835-5	Kukurūzas pārslas ar pienu (Kukurūzas pārslas saldās(*A-01,05,11), Piens 2%(*A-07) NPKS)	0.67	35/150	7.02	3.21	34.95	196.91
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
2100	Auglis(ābols)	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				8.73	7.64	51.84	313.03
KOPĀ: 100%				36.61	33.05	129.74	973.28
Pievienotais sāls 2.5 grami Dārzeņi 128.6 grami Siers, biezpiens 0 grami							
Pievienotais cukurs 0.9 grami Kartupeļi 22.4 grami Piena produkti 282 grami							
Augļi un ogas 109.75 grami Gala un zivs 55 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**3.nedēļa 3-6g.bērniem B/Ziomas
sezona Kuldīga PII (8)****Piektdiena**

<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 biezputra ar sviestu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/3	4.77	4.61	27.14	170.97
25	Graudu maize ar sviestu <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	15/4	1.73	4.72	6.48	76.67
922-2	Piens <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	1	150	4.50	3.00	6.75	72.00
				11.00	12.33	40.37	319.64
Pusdienas 41%							
336-3	Skābeņu zupa ar olu, krējumu <i>(Putraimi miežu(*A-01) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Olas(*A-03) NPKS)</i>	0.67	150/4/4	2.52	3.24	11.61	87.56
403	Cīsiņi vārīti (70% gaļas)	0.67	60	8.55	7.01	0.97	101.40
706-5	Kartupeļi, vārīti	0.67	120	2.47	0.12	18.26	86.63
554-2	Piena mērce <i>(Milti kviešu a/(*A-01)BL, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	30	0.79	1.09	2.49	22.91
160-1	Sautēti skābi kāposti	0.67	50	1.11	2.50	3.21	39.81
903-2	Ogu sīrupa dzēriens	1	150	0.00	0.00	12.16	49.40
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				16.55	14.11	55.10	421.31
Launags 28%							
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>	0.67	20/4/15	5.08	7.76	9.45	131.92
175-1	Tomāti ,svaigi	0.67	50	0.55	0.10	1.90	10.70
937-4	Tēja liepziedu ar medu <i>(Medus dabīgs)</i>	0.67	150	0.05	0.00	4.98	18.85
2004-1	Cepumi piparkūkas <i>(Cepumi piparkūkas(*A-01,03))</i>	1	30	1.98	3.33	22.77	129.00
				7.66	11.19	39.10	290.47
KOPĀ: 100%				35.21	37.63	134.57	1031.42
Pievienotais sāls 0.5 grami Dārzeņi 134.9 grami							
Pievienotais cukurs 2.5 grami Kartupeļi 183.1 grami Siers, biezpiens 15 grami							
Augļi un ogas 0 grami Gaļa un zivs 60 grami Piena produkti 272.5 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

**3.nedēļa 3-6g.bērniem B/Ziemas
sezona Kuldīga PII (8)**

Sestdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 34%							
618-4	Mannas biezputra ar sviestu (Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	150/3	5.04	4.48	20.48	142.60
08-2	Baltmaize ar ievārījumu (Maize kviešu (*A-01) NPKS)	1	15/10	1.30	0.40	14.36	67.30
912-4	Kakao ar pienu (Piens 2%(*A-07) NPKS)	1	150	5.04	3.39	13.17	103.69
				11.38	8.27	48.01	313.59
Pusdienas 45%							
332-2	Sakņu zupa ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	1	150/4	3.16	3.59	8.75	80.59
453-1	Cūkgaļas gulašs (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Milti kviešu a/l(*A-01)BL)	1	80	6.61	7.72	3.55	131.15
718-4	Rīsi,vārīti	1	90	2.27	1.34	24.60	121.35
1210	Kāļu salāti ar āboliem, krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	1	50	0.61	1.79	4.30	35.80
958	Dzeramais ūdens ar apelsīnu	1	150	0.09	0.02	0.79	3.69
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				13.85	14.61	48.39	406.18
Launags 21%							
1025	Vārīta ola (Olas(*A-03) NPKS)	1	50	5.55	5.75	0.35	78.55
177/1	Tomātu-lociņu salāti ar eļļu	1	50	0.56	2.60	1.84	33.08
05	Kliju maize ar sviestu (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)	1	15/4	1.31	3.63	7.09	68.12
936-2	Tēja liepziedu	1	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				7.42	11.98	12.27	191.74
KOPĀ: 100%				32.65	34.86	108.67	911.51
Pievienotais sāls 1.167 grami		Dārzeņi 133.47 grami					
Pievienotais cukurs 10 grami		Kartupeļi 36 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 26.75 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 263 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							
VIDĒJI:				33.44	35.59	121.91	966.49
KOPĀ:				200.66	213.55	731.49	5798.95
Pievienotais sāls 6.347 grami		Dārzeņi 803.87 grami					
Pievienotais cukurs 43.4 grami		Kartupeļi 312.55 grami		Siers, biezpiens 120 grami			
Augļi un ogas 457.9 grami		Gala un zivs 273.75 grami		Piena produkti 1483.9 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.