

Ēdienkarte

1.nedēļa 1-2g bērniem B / Pavasara sezona (sk.progr.) Kuldīga PII (8)

Pirmdiena

<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 27%							
604-4	Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu <i>(Auzu pārslas (*A-01), NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	100/10	2.84	1.81	16.66	94.92
25	Graudu maize ar sviestu <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	10/2	1.15	2.60	4.32	46.16
911-3	Miežu kafijas dzēriens ar pienu <i>(Miežu kafijas dzēriens(*A-01), Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	120	2.39	1.48	7.66	53.64
				6.38	5.89	28.64	194.72
Pusdienas 48%							
320-4	Pavasara-dārzenų zupa <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/3	1.78	2.92	4.54	53.49
453-1	Cūkgaļas gulašs <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Milti kviesu a/(*A-01)BL)</i>	1	80	7.79	11.78	3.55	151.53
704-6	Griķi ,vārīti	1	60	2.94	0.87	16.46	87.05
169	Sv. kāpostu -zaļumu salāti	1	50	0.98	2.07	3.95	34.62
958	Dzeramais ūdens ar apelsīnu	1	100	0.06	0.01	0.53	2.46
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				14.29	17.75	33.30	351.55
Launags 25%							
335-1	Kukurūzas pārslas ar pienu <i>(Kukurūzas pārslas saldās(*A-01,05,11), Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	20/120	5.04	2.52	21.58	129.32
2106-2	Auglis(banāns)	1	60	0.72	0.12	12.00	52.80
				5.76	2.64	33.58	182.12
KOPĀ: 100%				26.43	26.28	95.52	728.39
Pievienotais sāls 0.75 grami		Dārzeņi 84.5 grami					
Pievienotais cukurs 5 grami		Kartupeļi 20 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 67 grami		Gala un zivs 40 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.nedēļa 1-2g bērniem B / Pavasara sezona (sk.progr.) 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 22%							
326-2	Piena zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	120	2.80	1.31	11.71	69.89
84-2	Sviestmaize ar sieru <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))</i>	1	10/2/15	4.19	5.93	5.06	92.46
2108-1	Grauzāmburkāni	1	30	0.39	0.03	2.16	11.91
				7.38	7.27	18.93	174.26
Pusdienas 49%							
302-33	Biešu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/2	2.13	3.50	7.55	71.80
441	Vistas gaļas kotlete <i>(Olas(*A-03) NPKS, Maize kviešu (*A-01) NPKS, Rīvmaize (*A-01))</i>	1	60	7.67	11.15	5.88	149.77
718-1	Rīsi, vārīti	1	90	2.30	0.72	24.99	117.49
554-2	Piena mērce <i>(Milti kviešu a/(*A-01)BL, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	20	0.57	0.76	1.94	16.91
175-1	Tomāti,svaigi	1	30	0.33	0.06	1.14	6.42
957	Dzeramais ūdens ar citronu	1	100	0.06	0.01	0.20	1.07
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				13.80	16.30	45.97	385.86
Launags 28%							
856	Biezpiena masa ar ogu mērci <i>(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	1	80/20	7.99	9.73	8.72	162.14
66	Sausmaizīte <i>(Sausmaizīte *A-01))</i>	1	5	0.64	0.02	3.82	18.00
933-2	Tēja augļu ar medu <i>(Medus dabīgs)</i>	1	100	0.03	0.00	3.32	12.57
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				8.90	10.23	21.74	221.51
KOPĀ: 100%				30.08	33.80	86.64	781.63
Pievienotais sāls 1.3 grami		Dārzeni 97.4 grami					
Pievienotais cukurs 9 grami		Kartupeļi 25 grami		Siers, biezpiens 65 grami			
Augļi un ogas 80.5 grami		Gala un zivs 45 grami		Piena produkti 104 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.nedēļa 1-2g bērniem B / Pavasara sezona (sk.progr.) 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 21%							
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	1	100/2	3.19	3.08	18.16	114.33
05-1	Kliju maize ar sviestu, tomātiem <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	10/2/15	1.03	1.90	5.30	43.67
934-2	Tēja-kumelišu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				4.22	4.98	25.46	165.99
Pusdienas 41%							
340-4	Svaigu kāpostu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/3	1.26	2.18	4.99	43.15
412-2	Cūkgaļas strogonovs <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Milti kviesu a/1(*A-01)BL)</i>	1	80	7.72	13.06	2.73	159.45
747-3	Pērļu grūbas,vārītas <i>(Pērļu grūbas)</i>	1	60	1.54	0.48	15.18	71.24
153	Redīsu-gurķu salāti ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	50	0.69	2.04	1.21	26.10
913-2	Karkadē dzēriens (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.02
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				11.95	17.86	28.38	322.36
Launags 38%							
2020	Auzu cepums kakao-piena glazūrā <i>(Cepumi Auzu kakao-piena glazūrā (*A01;U3;U/))</i>	1	50	2.25	8.50	23.30	177.30
923	"Skolas" piens <i>(Piens skolas(*A-07))</i>	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
2107-4	Auglis(bumbieris)	1	60	0.24	0.18	5.70	25.38
				8.49	12.68	38.00	298.68
KOPĀ: 100%				24.66	35.52	91.84	787.03
Pievienotais sāls 0.7 grami		Dārzeņi 106.4 grami					
Pievienotais cukurs 3 grami		Kartupeļi 17 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 60 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 285 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.nedēļa 1-2g bērniem B / Pavasara sezona (sk.progr.) Kuldīga PII (8)

Ceturtdiena

<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%							
73	Sviestmaize ar desu (70%) <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	1	15/4/20	4.09	5.99	7.89	102.82
199-2	Dārzeņu plate	1	50	0.53	0.06	1.68	9.41
912-4	Kakao ar pienu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	100	3.36	2.26	8.11	66.47
				7.98	8.31	17.68	178.70
Pusdienas 53%							
380	Dārzeņu soļanka <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/3	2.49	3.47	8.00	75.13
712-5	Makaroni ar sieru <i>(Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))</i>	1	120/25	8.58	9.62	31.30	262.31
165	Sv. kāpostu-burkānu salāti ar eļļu	1	50	0.82	2.05	3.89	34.76
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				13.00	15.29	49.59	405.80
Launags 23%							
1015	Olu kultenis <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Olas(*A-03) NPKS)</i>	1	80	7.58	10.08	1.20	129.98
91	Rudzu maize ar gurķi <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	1	10/2/15	0.87	1.75	4.68	39.38
940-2	Tēja piparmētru	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				8.45	11.83	7.88	177.35
KOPĀ: 100%				29.43	35.43	75.15	761.85
Pievienotais sāls 0.78 grami		Dārzeņi 156 grami					
Pievienotais cukurs 6 grami		Kartupeļi 36 grami		Siers, biezpiens 25 grami			
Augļi un ogas 2 grami		Gala un zivs 20 grami		Piena produkti 128 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.nedēļa 1-2g bērniem B / Pavasara sezona (sk.progr.) 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 30%							
633-3	Prosas biežputra ar ievārījumu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	100/10	3.80	1.86	23.92	129.13
25-1	Graudu maīze ar sviestu <i>(Maīze graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	8/2	0.92	2.41	3.46	39.90
922-2	Piens <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	1	120	3.60	2.40	5.40	57.60
				8.32	6.67	32.78	226.63
Pusdienas 43%							
257-3	Rasoļņiks ar krējumu <i>(Grūbas (*A01) NPKS, Krēj.skābais 25%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/3	2.19	2.64	8.11	66.56
514-1	Rīvmaizē panēta zivs fileja <i>(Zivs fileja b/a (*A-04), Rīvmaīze (*A-01), Ulas(*A-03) NPKS)</i>	1	50	7.54	6.12	4.66	100.34
706-5	Kartupeļi, vārīti	1	80	1.65	0.08	12.23	58.03
554-2	Piena mērce <i>(Milti kviešu a/(*A-01)BL, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	20	0.53	0.76	1.66	15.61
120	Burkānu salāti ar sēkliņām ar eļļu	1	50	1.02	3.10	3.86	49.59
903-2	Sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
				12.93	12.70	38.52	322.63
Launags 27%							
84	Tostermaīze ar sieru, tomātiem <i>(Maīze tosteru (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))</i>	1	20/4/15/20	6.34	9.49	10.58	156.33
936-2	Tēja liepziedu	1	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				6.58	9.97	19.45	197.12
KOPĀ: 100%				27.83	29.34	90.75	746.38
Pievienotais sāls 0.61 grami		Dārzeņi 73.83 grami					
Pievienotais cukurs 4.5 grami		Kartupeļi 112.66 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 61.67 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 201 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				27.69	32.07	87.98	761.06
KOPĀ:				138.43	160.37	439.90	3805.28
Pievienotais sāls 4.14 grami		Dārzeņi 518.13 grami					
Pievienotais cukurs 27.5 grami		Kartupeļi 210.66 grami		Siers, biezpiens 110 grami			
Augļi un ogas 271.17 grami		Gala un zivs 195 grami		Piena produkti 969 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.