

Ēdienkarte

1.nedēļa 3-6g 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 29%							
604-4	Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu <i>(Auzu pārslas (*A-01), NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	150/15	4.24	2.69	24.93	141.88
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
911-3	Miežu kafijas dzēriens ar pienu <i>(Miežu kafijas dzēriens(*A-01), Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	150	2.98	1.85	9.83	68.05
				8.95	9.26	41.24	286.60
Pusdienas 43%							
320-4	Pavasara-dārzenų zupa <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/4	2.66	4.25	6.76	78.65
453-1	Cūkgaļas gulašs <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Milti kviesu a/(*A-01)BL)</i>	0.67	80	7.79	11.78	3.55	151.53
704-6	Griķi ,vārīti	0.67	90	4.40	1.31	24.59	130.09
169	Sv. kāpostu -zaļumu salāti	0.67	50	0.98	2.07	3.95	34.62
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	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				17.03	19.58	46.04	432.16
Launags 28%							
835-1	Kukurūzas pārslas ar pienu <i>(Kukurūzas pārslas saldās(*A-01,05,11), Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	35/150	7.02	3.21	34.95	196.91
2106-2	Auglis(banāns)	0.67	100	1.20	0.20	20.00	88.00
				8.22	3.41	54.95	284.91
KOPĀ: 100%				34.20	32.25	142.23	1003.67
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeni 95.6 grami					
Pievienotais cukurs 6.5 grami		Kartupeļi 29.9 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 110.2 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 326.6 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 3-6g 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 27%							
326-2	Piena zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	180	4.18	1.95	16.97	102.31
84-2	Sviestmaize ar sieru <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))</i>	0.67	20/4/15	5.04	7.84	10.11	133.92
2108-1	Grauzāmburkāni	1	50	0.68	0.05	3.74	20.64
				9.90	9.84	30.82	256.87
Pusdienas 46%							
302-33	Biešu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/4	3.18	5.16	11.25	106.28
441	Vistas gaļas kotlete <i>(Olas(*A-03) NPKS, Maize kviešu (*A-01) NPKS, Rīvmaize (*A-01))</i>	0.67	60	7.74	11.18	6.28	151.90
718-1	Rīsi, vārīti	0.67	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>	0.67	30	0.86	1.09	2.91	24.87
175-1	Tomāti,svaigi	0.67	30	0.33	0.06	1.14	6.42
957	Dzeramais 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
				15.61	18.37	53.26	442.16
Launags 27%							
856	Biezpiena masa ar ogu mērci <i>(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	0.67	80/20	7.99	9.73	8.72	162.14
66	Sausmaizīte <i>(Sausmaizīte *A-01))</i>	0.67	10	1.28	0.04	7.64	36.00
933-2	Tēja augļu ar medu <i>(Medus dabīgs)</i>	0.67	150	0.05	0.00	4.98	18.85
2100-1	Auglis(ābols)	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				9.72	10.57	31.14	264.99
KOPĀ: 100%				35.23	38.78	115.22	964.02
Pievienotais sāls 1.3 grami		Dārzeņi 136.1 grami					
Pievienotais cukurs 10 grami		Kartupeļi 37.3 grami		Siers, biezpiens 65 grami			
Augļi un ogas 123.7 grami		Gala un zivs 45 grami		Piena produkti 142.5 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 3-6g 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 28%							
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	0.67	150/3	4.77	4.61	27.14	170.97
05-1	Kliju maize ar sviestu, tomātiem <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	20/4/20	1.96	3.78	10.21	85.20
934-2	Tēja-kumelišu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				6.73	8.39	40.34	268.16
Pusdienas 41%							
340-4	Svaigu kāpostu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/4	1.87	3.11	7.45	63.11
412-2	Cūkgaļas strogonovs <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Milti kviesu a/1(*A-01)BL)</i>	0.67	80	7.72	13.06	2.73	159.45
747-3	Pērļu grūbas,vārītas <i>(Pērļu grūbas)</i>	0.67	90	2.30	0.72	22.63	106.21
153	Redīsu-gurķu salāti ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	50	0.69	2.04	1.21	26.10
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
				13.70	19.08	40.42	388.50
Launags 31%							
2020	Auzu cepums kakao-piena glazūrā <i>(Cepumi Auzu kakao-piena glazūrā (*A01;U3;U/))</i>	0.67	50	2.25	8.50	23.30	177.30
922-2	Piens <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	1	150	4.50	3.00	6.75	72.00
2107-4	Auglis(bumbieris)	0.67	100	0.40	0.30	9.50	42.30
				7.15	11.80	39.55	291.60
KOPĀ: 100%				27.58	39.27	120.31	948.26
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeņi 130.9 grami					
Pievienotais cukurs 4.5 grami		Kartupeļi 25.4 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 268.6 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 3-6g 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 25%							
73	Sviestmaize ar desu (70%) <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	0.67	15/4/20	4.09	5.99	7.89	102.82
199-2	Dārzeņu plate	0.67	80	0.86	0.09	2.68	15.05
912-4	Kakao ar pienu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	150	5.01	3.38	12.12	99.17
				9.96	9.46	22.69	217.04
Pusdienas 50%							
380	Dārzeņu soļanka <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/4	3.71	5.09	11.90	111.33
712-5	Makaroni ar sieru <i>(Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))</i>	0.67	120/25	8.58	9.62	31.30	262.31
165	Sv. kāpostu-burkānu salāti ar eļļu	0.67	50	0.82	2.05	3.89	34.76
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.22	16.91	53.49	442.00
Launags 25%							
1015	Olu kultenis <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Olas(*A-03) NPKS)</i>	0.67	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>	0.67	20/4/20	1.66	3.50	9.09	77.34
940-2	Tēja piparmētru	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				9.24	13.58	13.28	219.31
KOPĀ: 100%				33.42	39.95	89.46	878.35
Pievienotais sāls 0.98 grami		Dārzeņi 212.7 grami					
Pievienotais cukurs 8.5 grami		Kartupeļi 53.7 grami		Siers, biezpiens 25 grami			
Augļi un ogas 2 grami		Gala un zivs 20 grami		Piena produkti 180.3 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 3-6g 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 36%							
633-3	Prosas biežputra ar ievārījumu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	150/15	5.68	2.78	35.79	193.16
25-1	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>	0.67	150	4.50	3.00	6.75	72.00
				11.91	10.50	49.02	341.83
Pusdienas 42%							
257-3	Rasoļņiks ar krējumu <i>(Grūbas (*A01) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/4	3.27	3.64	12.18	96.94
514-1	Rīvmaizē panēta zivs fileja <i>(Zivis fileja b/a (*A-04), Rīvmaize (*A-01), Ulas(*A-03) NPKS)</i>	0.67	50	7.54	6.12	4.66	100.34
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
120	Burkānu salāti ar sēkliņām ar eļļu	0.67	50	1.02	3.10	3.86	49.59
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
				15.09	14.07	53.42	405.03
Launags 22%							
84	Tostermaize ar sieru, tomātiem <i>(Maize tosteru (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))</i>	0.67	20/4/15/20	6.34	9.49	10.58	156.33
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
				6.74	10.29	23.37	216.32
KOPĀ: 100%				33.74	34.86	125.81	963.18
Pievienotais sāls 0.68 grami		Dārzeņi 80.7 grami					
Pievienotais cukurs 5 grami		Kartupeļi 168.2 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 101.67 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 269.5 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							
VIDĒJI:				32.83	37.02	118.61	951.5
KOPĀ:				164.17	185.11	593.03	4757.48
Pievienotais sāls 4.56 grami		Dārzeņi 656 grami					
Pievienotais cukurs 34.5 grami		Kartupeļi 314.5 grami		Siers, biezpiens 110 grami			
Augļi un ogas 437.57 grami		Gala un zivs 195 grami		Piena produkti 1187.5 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.