

Ēdienkarte**4. nedēļa 1-2g bērniem B /Ziemas sezona 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%							
601-4	4graudu biezputra ar sviestu <i>(4-graudu pārslas (*A-01)NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	100/2	4.03	3.38	17.20	108.37
1123-1	Kliju maize ar sviestu,gurķiem <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	10/2/10	0.95	1.88	4.99	41.87
912-4	Kakao ar pienu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	100	3.36	2.26	9.11	70.46
				8.34	7.52	31.30	220.70
Pusdienas 46%							
329-4	Pupiņu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/3	2.85	2.77	10.93	84.33
422-8	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem <i>(Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)</i>	1	100	7.06	5.28	25.88	206.10
112	Burkānu-ābolu salāti ar eļļu	1	50	0.55	2.12	4.24	40.02
958-1	Ūdens ar apelsīnu šķēlītēm	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
				11.26	10.28	45.85	355.31
Launags 25%							
63	Saldskābmaize ar sieru <i>(Maize saldskābā (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))</i>	1	15/4/20	5.38	8.76	7.58	134.02
134-1	Kolrābju-burkānu salāti ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	30	0.63	1.22	1.22	18.69
934-2	Tēja-kumelīšu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				6.25	10.46	16.68	189.50
KOPĀ: 100%				25.85	28.26	93.83	765.51
Pievienotais sāls 0.71 grami		Dārzeņi 108.76 grami					
Pievienotais cukurs 7.5 grami		Kartupeļi 46.6 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 78.5 grami		Gala un zivs 30 grami		Piena produkti 177 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**4. nedēļa 1-2g 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 26%							
1015-1	Olu kultenis <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Olas(*A-03) NPKS)</i>	1	50	4.74	6.30	0.75	81.24
27	Graudu maize ar tomātiem <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	10/2/10	1.26	2.62	4.70	48.30
911-2	Miežu kafijas dzēriens ar pienu <i>(Miežu kafijas dzēriens(*A-01), Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	100	1.99	1.23	9.88	58.67
				7.99	10.15	15.33	188.21
Pusdienas 51%							
338-3	Skābu kāpostu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Putraimi miežu(*A-01) NPKS)</i>	1	100/3	1.85	2.10	4.45	45.27
408	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem <i>(Milti kviešu a/(*A-01)BL, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	1	80	7.94	12.01	4.64	159.04
747-3	Pērļu grūbas, vārītas <i>(Pērļu grūbas)</i>	1	90	2.31	0.73	22.77	106.85
139	Ķīnas kāpostu-tomātu salāti ar eļļu	1	50	0.53	2.04	2.19	29.24
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	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				13.80	17.04	40.65	375.07
Launags 24%							
73	Sviestmaize ar desu (70%) <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	20/4/15	3.81	5.55	10.34	107.82
936-2	Tēja liepziedu	1	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2106-2	Auglis(banāns)	1	60	0.72	0.12	12.00	52.80
				4.53	5.67	25.33	172.61
KOPĀ: 100%				26.32	32.86	81.31	735.89
Pievienotais sāls 0.75 grami		Dārzeņi 109.82 grami					
Pievienotais cukurs 9.5 grami		Kartupeļi 15.8 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 67.5 grami		Gala un zivs 55 grami		Piena produkti 80.5 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**4. nedēļa 1-2g 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 27%							
633-3	Prosas biežputra ar ievārījumu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	100/5	3.78	1.86	20.52	115.43
05-1	Kliju maize ar sviestu <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	10/2	0.87	1.87	4.73	40.46
922-2	Piens <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	1	100	3.00	2.00	4.50	48.00
				7.65	5.73	29.75	203.89
Pusdienas 41%							
812-4	Frikadeļu zupa <i>(Olas(*A-03) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/2	4.58	4.23	6.77	96.55
739	Mājas sautējums,krēj <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	150/20	4.15	7.16	18.76	155.35
124	Gurķi, marinēti	1	50	0.25	0.00	1.50	7.00
903-2	Ogu sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
88-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				9.72	11.49	39.30	313.80
Launags 32%							
819-2	Biezpiena masa ar zemeņu mērci <i>(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	1	100/25	10.99	10.89	9.60	191.28
66-1/	Sausmaizīte <i>(Sausmaizīte *A-01))</i>	1	5	0.64	0.02	3.82	18.00
932-2	Tēja augļu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				11.87	11.39	21.30	246.07
KOPĀ: 100%				29.24	28.61	90.35	763.76
Pievienotais sāls 0.61 grami		Dārzeņi 183.77 grami					
Pievienotais cukurs 9 grami		Kartupeļi 100 grami		Siers, biezpiens 70 grami			
Augļi un ogas 80 grami		Gala un zivs 23 grami		Piena produkti 214 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**4. nedēļa 1-2g bērniem B /Ziemas sezona 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 20%							
615-1	Mannas biezputra ar āboliem <i>(Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	100	3.21	1.32	15.61	87.23
39	Kliju maize ar ievārījumu <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS)</i>	1	15/10	1.33	0.35	13.86	65.80
940-2	Tēja piparmētru (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.01
				4.54	1.67	29.47	153.04
Pusdienas 51%							
430-2	Plovs ar vistas gaļu	1	150	8.00	7.81	26.74	206.07
148	Marinēti ķirbji	1	50	0.49	0.04	5.02	22.89
878-1	"Abavas sniegš" <i>(Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	1	50	1.38	8.59	6.54	109.03
898-4	Dzērveņu sīrupa ķīselis	1	80	0.00	0.02	5.27	21.20
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				10.61	16.56	47.84	381.59
Launags 29%							
84	Tostermaize ar sieru <i>(Maize tosteru (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))</i>	1	20/4/20	6.18	9.46	10.01	153.12
199-2	Dārz.plate(redīsi)	1	50	0.60	0.06	2.65	13.97
563-2	Skābā krējuma-zaļumu mērce <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	20	0.55	3.80	0.64	38.93
932-2	Tēja augļu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				7.33	13.32	15.30	214.01
KOPĀ: 100%				22.48	31.55	92.61	748.64
Pievienotais sāls 1.42 grami		Dārzeņi 114.6 grami					
Pievienotais cukurs 8.6 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 23.5 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 112.27 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**4. nedēļa 1-2g bērniem B /Ziemas 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 28%							
641	Rīsu biezputra ar ogu mērci <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	100/15	3.30	1.42	20.83	109.39
25/1	Graudu maīze ar sviestu <i>(Maīze graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	10/2	0.92	2.41	3.46	39.90
922-2	Piens <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	1	150	4.50	3.00	6.75	72.00
				8.72	6.83	31.04	221.29
Pusdienas 37%							
358-3	Dārzeņu zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS)</i>	1	100	1.74	2.05	5.74	49.53
517	Zivs gabaliņi saldā krējuma mērcē <i>(Zivis fileja b/a (*A-04), Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07), Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	50/50	7.51	6.48	3.15	95.83
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	3.45	32.63
958	Dzeramais ūdens ar apelsīnu	1	100	0.06	0.01	0.53	2.46
38-2	Rudzu maīze <i>(Maīze rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				13.97	11.58	33.60	289.90
Launags 34%							
2010	Smalkmaizīte <i>(Smalkmaizīte(*A-01,03))</i>	1	60	6.48	6.78	37.02	222.60
929	Tēja ar citronu un medu <i>(Medus dabīgs)</i>	1	100	0.06	0.00	4.22	16.11
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				6.78	7.26	47.12	267.51
KOPĀ: 100%				29.47	25.67	111.76	778.70
Pievienotais sāls 0.9 grami		Dārzeni 55.97 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Pievienotais cukurs 3.5 grami		Kartupeļi 17.5 grami		Piena produkti 237 grami			
Augļi un ogas 79.5 grami		Gala un zivs 55 grami					
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							
VIDĒJI:				26.67	29.39	93.97	758.5
KOPĀ:				133.36	146.95	469.86	3792.50
Pievienotais sāls 4.39 grami		Dārzeni 572.92 grami		Siers, biezpiens 110 grami			
Pievienotais cukurs 38.1 grami		Kartupeļi 179.9 grami		Piena produkti 820.77 grami			
Augļi un ogas 329 grami		Gala un zivs 203 grami					

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.