

Ēdienkarte**4. nedēļa 3-6g 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 31%							
601-4	4graudu biezputra ar sviestu <i>(4-graudu pārslas (*A-01)NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/3	6.02	5.06	25.63	161.75
1123-1	Kliju maize ar sviestu, gurķiem <i>(Maize, kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	20/4/15	1.86	3.75	9.84	83.04
912-4	Kakao ar pienu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	150	5.01	3.38	12.62	101.17
				12.89	12.19	48.09	345.96
Pusdienas 45%							
329-4	Pupiņu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/4	4.25	3.98	16.34	124.63
422-8	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem <i>(Makaroni, radziņi(A*-01) NPKS)</i>	0.67	150	10.55	7.82	38.60	306.99
112	Burkānu-ābolu salāti ar eļļu	0.67	50	0.55	2.12	4.24	40.02
958-1	Ūdens ar apelsīnu šķēlītēm	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
				16.55	14.09	66.37	508.91
Launags 25%							
63	Saldskābmaize ar sieru <i>(Maize saldskābā (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))</i>	0.67	30/4/20	6.28	8.88	15.12	170.32
134-1	Kolrābju-burkānu salāti ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	50	1.56	3.06	3.04	46.65
934-2	Tēja-kumelīšu	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
				8.24	12.74	30.95	276.96
KOPĀ: 100%				37.68	39.02	145.41	1131.83
Pievienotais sāls 0.96 grami		Dārzeņi 168.97 grami					
Pievienotais cukurs 10 grami		Kartupeļi 69.6 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 121.7 grami		Gala un zivs 44.8 grami		Piena produkti 268.9 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 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 32%							
1015-1	Olu kultenis <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Olas(*A-03) NPKS)</i>	0.67	75	7.08	9.37	1.12	120.89
27	Graudu maize ar tomātiem <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	15/4/20	1.95	4.76	7.24	80.95
911-2	Miežu kafijas dzēriens ar pienu <i>(Miežu kafijas dzēriens(*A-01), Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	150	2.97	1.84	11.81	75.83
				12.00	15.97	20.17	277.67
Pusdienas 43%							
338-3	Skābu kāpostu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Putraimi miežu(*A-01) NPKS)</i>	0.67	150/4	2.74	3.00	6.63	66.34
408	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem <i>(Milti kviešu a/(*A-01)BL, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	1	80	6.76	8.45	4.64	143.16
747-3	Pērļu grūbas, vārītas <i>(Pērļu grūbas)</i>	0.67	90	2.30	0.72	22.63	106.21
139	Ķīnas kāpostu-tomātu salāti ar eļļu	0.67	50	0.53	2.04	2.19	29.24
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
				13.53	14.37	42.78	380.15
Launags 25%							
73	Sviestmaize ar desu (70%) <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	20/4/20	4.51	6.13	10.41	116.12
936-2	Tēja liepziedu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2106-2	Auglis(banāns)	0.67	100	1.20	0.20	20.00	88.00
				5.71	6.33	33.40	216.11
KOPĀ: 100%				31.24	36.67	96.35	873.93
Pievienotais sāls 0.7 gramī		Dārzeņi 130.3 gramī					
Pievienotais cukurs 9.5 gramī		Kartupeļi 23.6 gramī		Siers, biezpiens 0 gramī			
Augļi un ogas 110.7 gramī		Gala un zivs 60 gramī		Piena produkti 118 gramī			
<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 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 32%							
633-3	Prosas biežputra ar ievārījumu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	150/10	5.66	2.78	31.89	177.46
05-1	Kliju maize ar sviestu <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	15/4	1.31	3.63	7.09	68.12
922-2	Piens <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150	4.50	3.00	6.75	72.00
				11.47	9.41	45.73	317.58
Pusdienas 39%							
812-4	Frikadeļu zupa <i>(Olas(*A-03) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/4	6.80	6.46	10.13	145.65
739	Mājas sautējums,krēj <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/20	4.15	7.16	18.76	155.35
124	Gurķi, marinēti	0.67	50	0.25	0.00	1.50	7.00
903-2	Ogu sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
88-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				12.31	13.77	48.76	390.22
Launags 29%							
819-2	Biezpiena masa ar zemeņu mērci <i>(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	0.67	100/25	10.99	10.89	9.60	191.28
66-1/	Sausmaizīte <i>(Sausmaizīte *A-01))</i>	0.67	10	1.28	0.04	7.64	36.00
932-2	Tēja augļu	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
				12.67	11.73	30.03	287.27
KOPĀ: 100%				36.45	34.91	124.52	995.07
	Pievienotais sāls 0.7 gramī		Dārzeņi 188.43 gramī				
	Pievienotais cukurs 10 gramī		Kartupeļi 119.7 gramī		Siers, biezpiens 70 gramī		
	Augļi un ogas 120 gramī		Gala un zivs 34.3 gramī		Piena produkti 297.6 gramī		
	<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 3-6g 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 23%							
615-1	Mannas biezputra ar āboliem <i>(Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	150	4.79	1.97	23.32	130.25
39	Kliju maize ar ievārījumu <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS)</i>	0.67	20/10	1.76	0.46	16.22	78.60
940-2	Tēja piparmētru (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.00
				6.55	2.43	39.54	208.85
Pusdienas 50%							
430-2	Plovs ar vistas gaļu	0.67	150	8.00	7.81	26.74	206.07
148	Marinēti ķirbji	0.67	50	0.49	0.04	5.02	22.89
878-1	"Abavas sniegs" <i>(Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	0.67	75	2.05	12.84	9.36	161.23
898-4	Dzērveņu sīrupa ķīselis	0.67	120	0.01	0.03	7.89	31.75
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				11.66	20.87	55.41	455.54
Launags 26%							
84	Tostermaize ar sieru <i>(Maize tosteru (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))</i>	0.67	20/4/20	6.18	9.46	10.01	153.12
199-2	Dārz.plate(redīsi)	0.67	70	0.86	0.07	3.74	19.71
563-2	Skābā krējuma-zaļumu mērce <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	30	0.83	5.68	0.94	58.18
932-2	Tēja augļu	0.67	150	0.00	0.00	2.00	7.99
				7.87	15.21	16.69	239.00
KOPĀ: 100%				26.08	38.51	111.64	903.39
Pievienotais sāls 1.8 grami		Dārzeņi 134.6 grami					
Pievienotais cukurs 10 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 33.4 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 165.6 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 3-6g 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 32%							
641	Rīsu biezputra ar ogu mērci <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	0.67	150/20	4.93	2.12	31.14	163.55
25/1	Graudu maīze ar sviestu <i>(Maīze 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
				11.16	9.84	44.37	312.22
Pusdienas 38%							
358-3	Dārzeņu zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS)</i>	0.67	150	2.56	2.99	8.53	73.20
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>	0.67	50/50	7.51	6.48	3.15	95.83
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	3.45	32.63
958	Dzeramais ūdens ar apelsīnu	0.67	150	0.09	0.02	0.79	3.67
38-2	Rudzu maīze <i>(Maīze rudzu (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				16.65	13.02	46.91	369.02
Launags 30%							
2010	Smalkmaizīte <i>(Smalkmaizīte(*A-01,03))</i>	0.67	60	6.48	6.78	37.02	222.60
929	Tēja ar citronu un medu <i>(Medus dabīgs)</i>	0.67	150	0.09	0.00	6.33	24.16
2100-1	Auglis(ābols)	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				6.97	7.58	53.15	294.76
KOPĀ: 100%				34.78	30.44	144.43	976.00
Pievienotais sāls 0.9 grami		Dārzeni 61 grami					
Pievienotais cukurs 5 grami		Kartupeļi 26.1 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 128.8 grami		Gala un zivs 55 grami		Piena produkti 268.6 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							
VIDĒJI:				33.25	35.91	124.47	976.04
KOPĀ:				166.23	179.55	622.35	4880.22
Pievienotais sāls 5.06 grami		Dārzeni 683.3 grami					
Pievienotais cukurs 44.5 grami		Kartupeļi 239 grami		Siers, biezpiens 110 grami			
Augļi un ogas 514.6 grami		Gala un zivs 234.1 grami		Piena produkti 1118.7 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.