

Ēdienkarte**1-2g.bērniem, 3.nedēļa B/
Pavasara sezona (sk.progr.) Kuldīga PII**

Apstiprinu:

MK not. Nr. 172 nosaka

piena prod. un augļu/dārzeņu minimālo daudzumu nedēļā,

t.sk. LAD produktus.

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 22%							
630-5	Rīsu biezputra ar sviestu <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-U/), NPKS)</i>	1	100	3.06	2.94	17.89	110.32
39	Kliju maize ar ievārījumu <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS)</i>	1	10/10	0.90	0.23	11.51	53.00
934-2	Tēja-kumelišu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				3.96	3.17	31.40	171.31
Pusdienas 47%							
316-3	Kartupeļu zupa ar ziedkāpostiem/krējums <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/3	1.87	2.93	4.95	54.51
408	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem <i>(Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	1	80	7.88	12.00	4.30	157.40
713-6	Makaroni, vārīti <i>(Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)</i>	1	60	1.56	0.63	16.32	84.39
118	Burkānu salāti ar eļļu	1	50	0.63	2.05	5.44	44.97
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
				12.74	17.72	35.48	364.74
Launags 31%							
817-3	Biezpiena masa ar rozīnēm <i>(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	1	100	9.78	8.67	11.57	173.28
955-2	Kakao ar iebiezināto pienu <i>(Iebiezināts piens ar cukuru(*A-07), Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	100	1.91	1.33	5.11	41.34
2100-1	Auglis(ābols, bumbieris)	1	30/30	0.24	0.33	5.79	27.09
				11.93	10.33	22.47	241.71
KOPĀ: 100%				28.63	31.22	89.35	777.76
	Pievienotais sāls 0.78 grami		Dārzeņi 94 grami				
	Pievienotais cukurs 9 grami		Kartupeļi 25 grami			Siers, biezpiens 62.5 grami	
	Augļi un ogas 77.5 grami		Gala un zivs 40 grami			Piena produkti 130.25 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**1-2g.bērniem, 3.nedēļa B/
Pavasara sezona (sk.progr.) Kuldīga PII**

Apstiprinu:

MK not. Nr. 172 nosaka

piena prod. un augļu/dārzeņu minimālo daudzumu nedēļā,

t.sk. LAD produktus.

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 21%							
326-2	Piena zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	120	2.81	2.13	11.52	76.52
14/1	Baltmaize ar krēmsieru <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Krēmsiers)</i>	1	8/20	1.79	4.76	4.75	69.48
2108-1	Grauzāmburkāni	1	50	0.68	0.05	3.74	20.64
				5.28	6.94	20.01	166.64
Pusdienas 57%							
380	Dārzeņu-sēņu soļanka <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/3	2.49	3.47	8.00	75.13
410	Cūkgaļas kotlete <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Rīvmaize (*A-01))</i>	1	60	10.23	10.64	9.62	203.36
704-6	Griķi ,vārīti	1	60	2.94	0.87	16.46	87.05
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
166	Sv.kāpostu-tomātu salāti ar eļļu	1	50	0.76	2.56	3.45	36.95
903-2	Ogu sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
				16.95	18.30	47.19	450.60
Launags 22%							
835-5	Kukurūzas pārslas ar pienu <i>(Kukurūzas pārslas (*A-01,05,11), Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	20/120	5.04	2.52	21.58	129.32
2107-4	Auglis(bumbieris, banāns)	1	30/30	0.48	0.15	8.85	39.09
				5.52	2.67	30.43	168.41
KOPĀ: 100%				27.75	27.91	97.63	785.65
	Pievienotais sāls 0.95 grami		Dārzeni 150.5 grami				
	Pievienotais cukurs 3 grami		Kartupeļi 36 grami		Siers, biezpiens 20 grami		
	Augļi un ogas 60.5 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 196 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**1-2g.bērniem, 3.nedēļa B/
Pavasara sezona (sk.progr.) Kuldīga PII**

Apstiprinu:

MK not. Nr. 172 nosaka

piena prod. un augļu/dārzeņu minimālo daudzumu nedēļā,

t.sk. LAD produktus.

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 30%							
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
81/3	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
125-1	Gurķi,svaigi	1	30	0.24	0.03	0.78	4.23
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				7.62	9.04	26.00	219.01
Pusdienas 45%							
413-4	Cūkgaļas/dārzeņu sautējums,krējums <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	150/10	8.82	10.35	15.80	211.44
124	Gurķi, marinēti	1	50	0.25	0.00	1.50	7.00
872-6	Jogurta krēms ar ogu sīrupa ķīseļi <i>(Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07), Jogurts NPKS(*A-07))</i>	1	40/100	0.74	2.20	17.91	95.25
88-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				10.55	12.65	39.48	336.09
Launags 25%							
22	Cepta baltmaize olā <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	30	2.17	3.25	8.98	75.24
922-2	Piens <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	1	120	3.60	2.40	5.40	57.60
2106-2	Auglis(banāns)	1	60	0.72	0.12	12.00	52.80
				6.49	5.77	26.38	185.64
KOPĀ: 100%				24.66	27.46	91.86	740.74
Pievienotais sāls 0.15 grami		Dārzeni 145 grami					
Pievienotais cukurs 8 grami		Kartupeļi 76.67 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 60 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 232 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**1-2g.bērniem, 3.nedēļa B/
Pavasara sezona (sk.progr.) Kuldīga PII**

Apstiprinu:

MK not. Nr. 172 nosaka

piena prod. un augļu/dārzeņu minimālo daudzumu nedēļā,

t.sk. LAD produktus.

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 21%							
613-5	Mannā biezputra ar zemeņu mērci <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS, Mannā (*A-01) NPKS)</i>	1	100/15	3.42	1.39	16.60	92.72
922-2	Piens <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	1	120	3.60	2.40	5.40	57.60
				7.02	3.79	22.00	150.32
Pusdienas 49%							
802-33	Biešu zupa ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	100/2	2.13	3.47	7.74	72.09
442-1	Vistas gaļas mērce <i>(Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	1	80	5.86	9.86	2.72	118.19
718-4	Rīsi,vārīti	1	60	1.51	0.90	16.40	80.90
172	Svaigu dārzeņu salāti ar eļļu	1	50	0.50	1.82	1.92	26.67
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
				10.74	16.15	41.05	352.75
Launags 31%							
05	Kliju maize ar sviestu, sieru <i>(Maize kviešu(*A-01) , Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))</i>	1	20/4/20	5.97	9.29	10.05	150.72
117-1	Burkānu salāti ar krējumu <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	1	30	0.50	1.22	1.99	22.16
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	7.88	50.69
				8.46	11.74	19.92	223.57
KOPĀ: 100%				26.22	31.68	82.97	726.64
Pievienotais sāls 0.84 grami		Dārzeņi 125.8 grami					
Pievienotais cukurs 7.8 grami		Kartupeļi 25 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 10 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 258 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**1-2g.bērniem, 3.nedēļa B/
Pavasara sezona (sk.progr.) Kuldīga PII**

Apstiprinu:

MK not. Nr. 172 nosaka

piena prod. un augļu/dārzeņu minimālo daudzumu nedēļā,

t.sk. LAD produktus.

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%							
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
68	Sviestmaize <i>(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	1	15/4	1.28	3.68	7.59	69.62
922-2	Piens <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	1	120	3.60	2.40	5.40	57.60
				7.72	7.89	29.65	222.14
Pusdienas 44%							
358-3	Dārzeņu zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS)</i>	1	100	1.74	3.30	5.74	60.78
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	7.57	8.49	3.49	115.47
706-5	Kartupeļi, vārīti	1	80	1.65	0.08	12.23	58.03
112	Burkānu-ābolu salāti ar eļļu	1	50	0.55	2.62	4.24	44.52
948-2	Zemeņu komposts	1	100	0.08	0.04	2.63	11.18
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				12.70	14.68	34.73	323.58
Launags 26%							
846	Rīsu biezputra ar ogu ķīseli <i>(Piens 2%(*A-07) NPKS)</i>	1	100/150	3.68	1.56	29.20	145.69
66	Sausmaizīte <i>(Sausmaizīte *A-01))</i>	1	5	0.64	0.02	3.82	18.00
2107-4	Auglis(bumbieris)	1	60	0.24	0.18	5.70	25.38
				4.56	1.76	38.72	189.07
KOPĀ: 100%				24.98	24.33	103.10	734.79
Pievienotais sāls 0.9 grami		Dārzeņi 47.47 grami					
Pievienotais cukurs 8.5 grami		Kartupeļi 100.16 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 97 grami		Gala un zivs 55 grami		Piena produkti 264 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				26.45	28.52	92.98	753.12
KOPĀ:				132.24	142.60	464.91	3765.58
Pievienotais sāls 3.62 grami		Dārzeņi 562.77 grami					
Pievienotais cukurs 36.3 grami		Kartupeļi 262.83 grami		Siers, biezpiens 117.5 grami			
Augļi un ogas 305 grami		Gala un zivs 225 grami		Piena produkti 1080.25 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.