

Ēdienkarte

1.nedēļa, 3-6g. bērniem B/ Rudens sezona Kuldīga PII (8)

Pirmdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 27%							
606-4	Auzu pārslu biezputra ar sviestu (Auzu pārslas (*A-01), NPKS, Piens 2%(*A-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	4.65	6.27	16.18	140.55
08-2	Baltmaize ar ievārījumu (Maize kviešu (*A-01) NPKS)	0.67	15/15	1.32	0.40	17.76	81.00
911-1	Kafijas dzēriens ar pienu (Miežu kafijas dzēriens(*A-01), Piens 2%(*A-07))	1	150	2.98	1.85	11.83	76.03
				8.95	8.52	45.77	297.58
Pusdienas 46%							
336-3	Skābeņu zupa ar olu, krējumu (Putraimi miežu(*A-01) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Olas(*A-03) NPKS)	0.67	150/4/4	2.43	3.20	11.91	88.00
408	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem (Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))	0.67	80	6.70	8.44	4.30	141.52
713-5	Makaroni, vārīti (Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)	0.67	120	3.11	1.18	32.50	167.39
132	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu (Selerija sakne(*A-09))	0.67	50	0.69	2.54	2.92	35.56
903-1	Ogu sīrupa dzēriens	1	150	0.00	0.00	12.16	49.40
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.04	15.51	70.19	515.47
Launags 28%							
909-2	Jogurts dzeramais (Jogurts NPKS(*A-07))	0.67	150	3.73	2.69	18.21	113.47
06	Kliju maize ar sviestu un sieru (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-01), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))	0.67	20/4/20	6.20	9.10	9.45	148.92
2100-1	Auglis(ābols)	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				10.33	12.59	37.46	310.39
KOPĀ: 100%				33.32	36.62	153.42	1123.44
Pievienotais sāls 1 grami		Dārzeņi 102.4 grami					
Pievienotais cukurs 8.9 grami		Kartupeļi 59.7 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 100.5 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 342.4 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

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/ Rudens
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 22%							
1015-1	Olu kultenis <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS, Olas(*A-03) NPKS)</i>	0.67	75	5.78	10.19	1.52	123.79
27	Graudu maize ar gurķiem <i>(Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	15/4/20	1.89	4.74	7.00	79.49
940-2	Tēja piparmētru	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				7.67	14.93	11.51	215.27
Pusdienas 49%							
257-3	Rasolņiks ar krējumu <i>(Grūbas (*A01) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-U/), NPKS)</i>	0.67	150/4	3.27	3.94	12.18	99.64
425-1	Maltās gaļas mērce <i>(Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))</i>	1	80	7.67	12.18	3.11	153.25
704-6	Griķi ,vārīti	0.67	90	4.40	1.31	24.59	130.09
569-2	Piena -dārzenu mērce <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS, Milti kviešu a/l(*A-01)BL)</i>	0.67	30	0.81	1.58	2.29	26.60
114	Burkānu-ziedkāpostu salāti ar eļļu	0.67	50	0.94	0.04	4.28	23.62
913-2	Karkadē dzēriens	0.67	150	0.01	0.00	2.99	12.01
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				18.21	19.20	55.84	478.81
Launags 29%							
835-3	Kukurūzas pārslas ar pienu <i>(Kukurūzas pārslas (*A-01,05,11), Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	1	35/150	7.02	3.21	34.65	195.41
2106-2	Auglis(banāns)	0.67	100	1.20	0.20	20.00	88.00
				8.22	3.41	54.65	283.41
KOPĀ: 100%				34.10	37.54	122.00	977.49
Pievienotais sāls 0.8 gramī Dārzeņi 110.2 gramī Pievienotais cukurs 6.1 gramī Kartupeļi 44.8 gramī Siers, biezpiens 0 gramī Augļi un ogas 100 gramī Gaļa un zivs 40 gramī Piena produkti 204.8 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

1.nedēļa, 3-6g. bērniem B/ Rudens sezona Kuldīga PII (8)

Trešdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 27%							
613-5	Mannā biezputra ar zemeņu mērci (Piens 2%(*A-07), NPKS, Mannā (*A-01) NPKS)	0.67	150/20	5.12	2.07	23.13	131.66
05	Kliju maize ar sviestu (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	20/4	1.74	3.74	9.45	80.92
922-2	Piens (Piens 2%(*A-07), NPKS)	1	150	4.50	3.00	6.75	72.00
				11.36	8.81	39.33	284.58
Pusdienas 49%							
302-33	Biešu zupa ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.12	5.11	11.25	105.57
444-2	Vistas gaļas stroganovs (Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Piens 2%(*A-07), NPKS)	0.67	80	6.57	10.57	4.72	135.24
747-2	Pērļu grūbas,vārītas (Pērļu grūbas)	0.67	120	3.45	1.08	34.02	159.63
194	Vitamīnu salāti ar eļļu	0.67	50	0.66	2.56	2.63	34.72
903-1	Ogu sīrupa dzēriens	1	150	0.00	0.00	12.16	49.40
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.91	19.47	71.18	518.16
Launags 24%							
825	Biezpiena saldā masa ar marmelādi (Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))	1	100	11.15	5.62	10.59	149.24
07	Baltmaize (Maize kviešu (*A-01) NPKS)	1	20	1.68	0.54	10.08	53.20
934-2	Tēja-kumelīšu	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
2100-1	Auglis(ābols)	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				13.23	6.96	30.47	250.45
KOPĀ: 100%				39.50	35.24	140.98	1053.19
Pievienotais sāls 1.1 grami Dārzeņi 111.5 grami Siers, biezpiens 75 grami							
Pievienotais cukurs 9.2 grami Kartupeļi 37.3 grami Piena produkti 284.6 grami							
Augļi un ogas 117.9 grami Gala un zivs 40 grami							
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

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/ Rudens sezona Kuldīga PII (8)

Ceturtdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 20%							
370	Piena zupa ar miežu putraimiem (Piens 2%(*A-07), NPKS, Putraimi miežu(*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	150	3.88	4.20	12.09	101.66
25/1	Graudu maize ar sviestu (Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4	1.73	4.72	6.48	76.67
2108	Gauzāmburkāni	0.67	90	1.17	0.09	6.48	35.73
				6.78	9.01	25.05	214.06
Pusdienas 54%							
428-1	Plovs ar cūkgaļu	1	180	11.02	11.78	39.66	311.85
175	Tomāti ,svaigi	0.67	50	0.55	0.10	1.90	10.70
878	"Abavas sniegs" (Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07), NPKS, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))	0.67	70	1.63	9.58	9.78	131.83
898-1	Ogu sīrupa ķīselis	0.67	150	0.00	0.00	21.78	88.28
48	Saldskābmaize (Maize saldskābā (*A-01) NPKS)	0.67	15	0.89	0.12	7.49	36.06
				14.09	21.58	80.61	578.72
Launags 26%							
634-1	Griķu biezputra ar krējumu (Piens 2%(*A-07), Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	1	120/5	5.27	3.19	21.61	138.15
125-1	Gurķi,svaigi	0.67	50	0.40	0.05	1.30	7.05
68	Sviestmaize (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-01), NPKS)	1	15/4	1.28	3.68	7.59	69.62
934-1	Tēja kumelīšu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2100-1	Auglis(ābols)	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				7.35	7.72	43.29	274.81
KOPĀ: 100%				28.22	38.31	148.95	1067.59
Pievienotais sāls 1.746 grami Dārzeņi 218 grami Siers, biezpiens 0 grami							
Pievienotais cukurs 8.303 grami Kartupeļi 0 grami Piena produkti 184.75 grami							
Augļi un ogas 100 grami Gala un zivs 40 grami							
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

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/ Rudens
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%							
609-4	Kukurūzas biezputra ar ievārījumu <i>(Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	150/20	4.83	2.15	40.54	202.59
051	Kliju maize ar krēmsieru un gurķi <i>(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Krēmsiers)</i>	0.67	20/15/20	2.72	3.88	10.48	90.17
936-1	Tēja liepziedu	1	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				7.55	6.03	54.01	304.75
Pusdienas 40%							
358-3	Dārzeņu zupa ar nūdelēm <i>(Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS)</i>	0.67	150	1.25	1.89	8.53	57.16
501	Cepta zivs fileja <i>(Zivis fileja b/a (*A-04), Olas(*A-03) NPKS, Milti kviešu a/l(*A-01)BL)</i>	0.67	60	8.02	5.64	4.28	95.16
706-5	Kartupeļi, vārīti	0.67	120	2.47	0.12	18.26	86.63
554-2	Piena mērce <i>(Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Piens 2%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	30	0.79	1.09	2.46	22.73
169	Sv.kāpostu -zaļumu salāti	0.67	50	0.98	2.07	3.45	32.63
903-1	Ogu sīrupa dzēriens	1	150	0.00	0.00	12.16	49.40
38-2	Rudzu maize <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS)</i>	0.67	15	1.10	0.15	6.36	33.38
				14.61	10.96	55.50	377.09
Launags 28%							
41-4	Rudzu maize ar olu <i>(Maize rudzu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)</i>	0.67	30/4/50	7.79	9.33	13.19	175.47
199-2	Dārzeņu plate	0.67	75	0.78	0.07	2.41	13.48
563	Skābā krējuma-zaļumu mērce <i>(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)</i>	0.67	30	0.85	5.80	0.97	59.49
934-2	Tēja-kumelīšu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				9.42	15.20	19.56	260.43
KOPĀ: 100%				31.58	32.19	129.07	942.27
Pievienotais sāls 0.9 grami Dārzeņi 155.9 grami							
Pievienotais cukurs 8 grami Kartupeļi 149.5 grami							
Augļi un ogas 0.5 grami Gala un zivs 55 grami							
Siers, biezpiens 15 grami							
Piena produkti 140.5 grami							
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				33.34	35.98	138.88	1032.8
KOPĀ:				166.72	179.90	694.42	5163.98
Pievienotais sāls 5.546 grami Dārzeņi 698 grami							
Pievienotais cukurs 40.503 grami Kartupeļi 291.3 grami							
Augļi un ogas 418.9 grami Gala un zivs 215 grami							
Siers, biezpiens 110 grami							
Piena produkti 1157.05 grami							

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.