

Ēdienkarte

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

Pirmdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 23%							
615-1	Mannas biezputra ar āboliem (Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07))	0.67	150	4.79	1.97	23.32	130.25
14/1	Baltmaize ar krēmsieru (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Krēmsiers)	0.67	20/15	2.52	3.94	10.62	89.35
932-2	Tēja augļu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				7.31	5.91	36.93	231.59
Pusdienas 42%							
D319/2	Veģetārā soļanka	0.67	150	1.10	1.94	6.89	49.94
422-5	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem (Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)	0.67	150	10.13	10.72	29.29	266.73
153	Redīsu-gurķu salāti ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	50	0.69	2.04	1.21	26.10
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				13.03	14.85	55.76	424.99
Launags 34%							
41-4	Rudzu maize ar olu (Maize rudzu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4/25	7.79	9.33	13.19	175.47
193	Zirnīši ar gurķiem un eļļu	0.67	60	2.12	3.01	7.07	66.24
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
				11.11	12.54	43.25	341.70
KOPĀ: 100%				31.45	33.30	135.94	998.28
Pievienotais sāls 2.17 grami		Dārzeņi 153.6 grami					
Pievienotais cukurs 6.9 grami		Kartupeļi 28.8 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 131.4 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 88.6 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							

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/ Rudens sezona Kuldīga PII (8)

Otrdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 24%							
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu (Piens 2%(*A-07), Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/3	4.32	4.31	26.44	163.62
66-3	Sausmaizīte ar ievārījumu (Sausmaizīte *A-01))	0.67	10/10	1.32	0.04	14.44	63.40
940-2	Tēja piparmētru	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.98
				5.64	4.35	43.87	239.00
Pusdienas 56%							
441	Vistas gaļas kotlete (Olas(*A-03) NPKS, Maize kviešu (*A-01) NPKS, Rīvmaize (*A-01))	0.67	60	8.38	12.93	8.48	178.62
704-6	Griķi ,vārīti	0.67	90	4.40	1.31	24.59	130.09
553-2	Krējuma mērce (Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	30	0.52	4.83	2.01	53.53
177-2	Tomātu salāti ar eļļu	0.67	50	0.54	4.10	1.79	46.25
840-2	Ogu uzpūtenis ar pienu (Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07))	0.67	90/150	5.68	3.13	23.65	146.31
				19.52	26.30	60.52	554.80
Launags 21%							
828	Biezpiens ar gurķiem (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07))	0.67	90	9.28	4.51	1.99	94.98
04	Kliju maize (Maize,kliju (*A-01) NPKS)	0.67	20	1.72	0.46	9.42	51.20
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
				11.40	5.77	24.20	206.17
KOPĀ: 100%				36.56	36.42	128.59	999.97
Pievienotais sāls 0.7 gramī		Dārzeņi 55 gramī					
Pievienotais cukurs 7.5 gramī		Kartupeļi 0 gramī		Siers, biezpiens 60 gramī			
Augļi un ogas 126.9 gramī		Gala un zivs 50 gramī		Piena produkti 256.9 gramī			
(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**4.nedēļa, 3-6g. bērniem****B/ Rudens sezona Kuldīga PII (8)****Trešdiena**

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
(Alerģēni)							
Brokastis 34%							
604-4	Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu (Auzu pārslas (*A-01), NPKS, Piens 2%(*A-U/), Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/15	4.26	5.15	24.88	163.90
68	Baltmaize ar sviestu (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	20/4	1.70	3.82	10.11	82.92
912-1	Kakao ar pienu (Piens 2%(*A-07))	0.67	150	4.08	2.75	10.19	82.09
				10.04	11.72	45.18	328.91
Pusdienas 40%							
345-3	Vistas gaļas zupa ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	4.04	4.61	10.06	100.17
702	Dārzenu ragu ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	150/10	3.14	10.70	11.95	161.04
171	Svaigu-marinētu gurķu salāti ar eļļu	0.67	50	0.33	3.02	1.50	34.47
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
48-1	Saldskābmaize (Maize saldskābā (*A-01) NPKS)	0.67	15	0.90	0.12	7.55	36.30
				8.41	18.45	43.03	380.60
Launags 26%							
33	Graudu maize ar sieru, tomātiem (Maize graudu (*A-01; 11), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))	0.67	15/4/20/20	6.41	10.12	7.24	148.95
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
				7.61	10.32	30.23	248.94
KOPĀ: 100%				26.06	40.49	118.44	958.45
Pievienotais sāls 1.2 gramī		Dārzeņi 178.8 gramī					
Pievienotais cukurs 8.5 gramī		Kartupeļi 85.5 gramī		Siers, biezpiens 20 gramī			
Augļi un ogas 100 gramī		Gala un zivs 14.9 gramī		Piena produkti 259.6 gramī			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							

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/ Rudens sezona Kuldīga PII (8)

Ceturtdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 37%							
626-4	Prosas biezputra ar sviestu (Piens 2%(*A-07), Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/3	6.37	5.48	30.23	198.43
55	Saldskābmaize ar gurķiem (Maize saldskābā (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4/20	1.08	3.42	8.10	68.84
922	Piens (Piens 2.5% (*A-07))	0.67	150	4.80	3.75	6.60	79.05
				12.25	12.65	44.93	346.32
Pusdienas 42%							
303-5	Borščs ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.32	3.83	9.62	87.08
442-1	Vistas gaļas mērce (Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))	0.67	80	5.86	9.86	2.72	118.19
718-4	Rīsi,vārīti	0.67	90	2.25	1.42	24.45	121.32
139	Ķīnas kāpostu-tomātu salāti ar eļļu	0.67	50	0.53	2.54	2.19	33.74
957-1	Dzeramais ūdens ar citronu	0.67	150	0.09	0.01	0.29	1.60
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				13.16	17.81	45.67	395.53
Launags 21%							
179-2	Vācu kartupeļu salāti (Olas(*A-03) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	100	2.58	5.46	9.26	98.07
25/1	Graudu maize ar sviestu (Maize graudu (*A-01; 11), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	20/4	2.30	5.20	8.63	92.32
932-2	Tēja augļu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				4.88	10.66	20.88	202.38
KOPĀ: 100%				30.29	41.12	111.48	944.23
Pievienotais sāls 1.1 grami		Dārzeņi 169.1 grami					
Pievienotais cukurs 5.6 grami		Kartupeļi 76.4 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 10.7 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 282.6 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							

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/ Rudens sezona Kuldīga PII (8)

Piektdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 29%							
611-4	Kviešu biezputra ar sviestu (Piens 2%(*A-07), Kviešu putraini(*A-01), Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/3	5.13	4.19	24.86	157.67
55	Saldskābmaize ar gurķiem (Maize saldskābā (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4/20	1.08	3.42	8.10	68.84
911-4	Miežu kafijas dzēriens ar pienu (Miežu kafijas dzēriens(*A-01), Piens 2%(*A-07))	0.67	150	3.86	2.44	13.21	90.44
				10.07	10.05	46.17	316.95
Pusdienas 42%							
351-1/3	Šķelto zirņu zupa/krējums (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	4.30	5.11	10.92	110.20
510-1	Zivju kotlete (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Zivis fileja (*A-04), Hīvmaize (*A-01), Olas(*A-03) NPKS, Piens 2%(*A-07))	0.67	50	10.41	5.21	6.84	116.95
710-5	Kartupeļu biezenis (Piens 2%(*A-07), Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	120	2.65	2.77	16.35	103.18
111	Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	0.67	50	0.78	2.55	5.08	46.38
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				19.25	15.79	57.56	458.93
Launags 28%							
909	Jogurts (Jogurts NPKS(*A-07))	0.67	150	3.75	2.70	18.30	114.00
32	Graudu maize ar sieru (Maize graudu (*A-01; 11), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))	0.67	20/4/15	5.64	9.22	8.63	143.32
2100-1	Auglis(ābols)	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				9.79	12.72	36.73	305.32
KOPĀ: 100%				39.11	38.56	140.46	1081.20
Pievienotais sāls 0.666 grami Dārzeņi 97.31 grami Siers, biezpiens 15 grami Pievienotais cukurs 7.2 grami Kartupeļi 134.4 grami Piena produkti 388.53 grami Augļi un ogas 100 grami Gala un zivs 45.83 grami (Slīpā rakstā norādīti alergēni)							
VIDĒJI:							
KOPĀ:				32.69	37.98	126.98	996.43
				163.47	189.89	634.91	4982.13
Pievienotais sāls 5.836 grami Dārzeņi 653.81 grami Siers, biezpiens 110 grami Pievienotais cukurs 35.7 grami Kartupeļi 325.1 grami Piena produkti 1276.23 grami Augļi un ogas 469 grami Gala un zivs 190.73 grami							

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.