

Ēdienkarte

2.nedēļa 3-6g. bērniem B//Ziemas sezona
(sk.progr.) (8)

Apstiprinu

3x nedēļā nodrošinām LAD progr."Piens un augļi",

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

11.12.2023

Ēdienr. Ēdiena nosaukums

(Alerģēni)

P.sk. Gat.sv.

Olbaltumi Tauki

Ogļhidrāti Kcal

Brokastis 33%							
602-3	Asorti biezputra ar sviestu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	5.40	5.82	23.37	169.11
76	Sviestmaize ar gurķi (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4/15	1.40	3.69	7.98	71.74
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	0.67	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				12.80	13.51	40.35	336.85
Pusdienas 39%							
349-2	Zemnieku zupa ar krējumu (Putraimi miežu(*A-01) , Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.60	4.62	8.97	94.58
428-2	Plovs ar cūkgaļu	0.67	150	8.82	6.92	32.63	250.58
122-1	Dārzenu salāti ar ķiplokiem	0.67	30	0.56	1.03	2.18	18.58
124-1	Gurķ, marinēti	0.67	30	0.15	0.00	0.90	4.20
957-1	Ūdens ar citronu	0.67	150	0.09	0.01	0.29	1.60
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.33	12.73	51.37	403.14
Launags 29%							
1027/2	Vārīta ola/krējuma mērce (Olas(*A-03) NPKS, Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	50/15	5.98	8.73	0.84	109.04
25/1	Graudu maize ar sviestu (Maize graudu (*A-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	30/4	3.44	6.16	12.93	123.62
913-1	Karkadē dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	3.99	15.99
2120	"Skolas"auglis	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				9.82	15.69	27.56	296.65
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 1 grami		Dārzeņi 116.9 grami		36.95	41.93	119.28	1036.64
Pievienotais cukurs 4.9 grami		Kartupeļi 44.8 grami					
Augļi un ogas 110.9 grami		Gala un zivs 38 grami					
(Slipā rakstā norādīti alergēni)		Siers, biezpiens 0 grami					
		Piena produkti 320.5 grami					

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Garais pasūtīj. 2.nedēļa 3-6g.

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

Ēdienkarte

2.nedēļa 3-6g. bērniem B//Ziemas sezona
(sk.progr.) (8)

Apstiprinu

3x nedēļā nodrošinām LAD progr."Piens un augļi",

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

12.12.2023

Ēdienr. Ēdiena nosaukums
(Alerģēni)

P.sk. Gat.sv.

Olbaltumi Tauki

Ogļhidrāti Kcal

Brokastis		27%						
618-4	Mannas biezputra ar sviestu	0.67	150/4	5.02	4.47	20.59	142.88	
(Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)								
96/1	Graudu maize ar krēmsieru	0.67	15/20	2.83	5.98	7.17	95.15	
(Maize graudu (A*-01), NPKS, Krēmsiers)								
940-1	Tēja piparmētru	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99	
2107-4	Auglis(bumbieris)	0.67	100	0.40	0.30	9.50	42.30	
				8.25	10.75	40.25	292.32	
Pusdienas		46%						
449	Cūkgaļas šnicele	0.67	50	9.95	9.14	10.81	193.39	
(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Rīvmaize (*A-01),NPKS)								
706-5	Kartupeļi, vārīti	0.67	120	2.47	0.12	18.26	86.63	
554-2	Piena mērce	0.67	30	0.79	0.39	2.49	16.61	
(Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)								
163-1	Skābu kāpostu salāti ar eļļu	0.67	30	0.47	1.00	1.50	16.92	
112-1	Burkānu-ābolu salāti ar eļļu	0.67	30	0.33	1.57	2.59	26.96	
898-2	Dzērveņu sīrupa ķīselis ar putukrējumu	0.67	150/20	0.56	7.86	13.37	126.44	
(Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))								
38-2	Rudzu maize	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60	
(Maize rudzu (*A-01) NPKS)								
				15.68	20.23	55.42	500.55	
Launags		27%						
703	Griķi ar dārzeņiem	0.67	150	5.39	3.69	30.17	179.01	
558	Skābais krējums	0.67	20	0.56	4.00	0.64	40.80	
(Krēji. skābais 25%(*A-07), NPKS)								
1123-1	Kliju maize ar sviestu, gurķiem	0.67	15/4/15	1.43	3.64	7.48	70.24	
(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)								
936-2	Tēja liepziedu (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01	
				7.38	11.33	38.29	290.06	
KOPĀ:		100%		31.31	42.31	133.96	1082.93	
Pievienotais sāls 0.6 gramī		Dārzeņi 99.8 gramī						
Pievienotais cukurs 11.9 gramī		Kartupeļi 123.4 gramī		Siers, biezpiens 20 gramī				
Augļi un ogas 107.5 gramī		Gala un zivs 50 gramī		Piena produkti 156.9 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.

Garais pasūtītj. 2.nedēļa 3-6g.

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2

Ēdienkarte

2.nedēļa 3-6g. bērniem B//Ziemas sezona
(sk.progr.) (8)

Apstiprinu

3x nedēļā nodrošinām LAD progr."Piens un augļi",

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

13.12.2023

Ēdienr. Ēdiena nosaukums
(Alerģēni)

P.sk. Gat.sv.

Olbaltumi Tauki

Ogļhidrāti Kcal

Brokastis		29%					
630-5	Rīsu biezputra ar sviestu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	4.80	4.55	27.08	168.64
05-1	Kliju maize ar sviestu (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4	1.31	3.63	7.09	68.12
936-2	Tēja liepziedu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2120	"Skolas"auglis	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				6.51	8.98	46.96	296.75
Pusdienas		45%					
361-3	Maltās gaļas zupa ar dārzeņiem, (Krēj.skābais 25%(*A-07))	0.67	150/4	6.68	5.93	13.90	153.87
446	Ziemas dārzeņu ragu ar cūkgaļu, (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	180/15	9.00	14.46	17.80	238.17
175-1	Tomāti ,svaigi	0.67	30	0.33	0.06	1.14	6.42
149	Marinētu biešu -ķimeņu salāti	0.67	30	0.50	0.03	5.00	22.27
913-2	Karkadē dzēriens	0.67	150	0.01	0.00	2.99	12.01
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				17.63	20.63	47.23	466.34
Launags		26%					
1110	Kliju maize ar tomātiem (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4/15	1.47	3.66	7.66	71.33
835-5	Kellogs (Kukurūzas pārslas saldās(*A-01,05,11))	0.67	30	2.16	0.18	23.91	105.78
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	0.67	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				9.63	7.84	40.57	273.11
KOPĀ:		100%		33.77	37.45	134.76	1036.20
Pievienotais sāls 0.85 grami		Dārzeņi 207 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Pievienotais cukurs 9.5 grami		Kartupeļi 154.6 grami		Piena produkti 319.6 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Gala un zivs 59.9 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.

Garais pasūtīj. 2.nedēļa 3-6g.

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 3

Ēdienkarte

2.nedēļa 3-6g. bērniem B//Ziema sezona
(sk.progr.) (8)

Apstiprinu

3x nedēļā nodrošinām LAD progr."Piens un augļi",

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

14.12.2023

Ēdienr. Ēdiena nosaukums

P.sk. Gat.sv.

Olbaltumi Tauki

Ogļhidrāti Kcal

(Alerģēni)

Brokastis		30%						
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4		4.77	5.43	27.15	178.40
051	Kliju maize ar krēmsieru (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Krēmsiers)	0.67	15/15		2.13	3.75	7.60	74.55
2108	Graužamburkāni	0.67	60		0.78	0.06	4.32	23.82
934-1	Tēja kumelišu	0.67	150		0.00	0.00	2.99	11.99
					7.68	9.24	42.06	288.76
Pusdienas		47%						
302-33	Biešu zupa ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4		3.18	5.11	11.54	106.80
444-2	Vistas gaļas stroganovs (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	0.67	80		6.57	8.57	4.76	117.46
747-3	Pērļu grūbas,vārītas (Pērļu grūbas)	0.67	90		2.30	0.72	22.63	106.21
137-1	Kīnas kāpostu-kukurūzas salāti ar eļļu	0.67	30		0.34	1.03	1.35	16.19
100-1	Balto redīsu-burkānu salāti ar eļļu	0.67	30		0.35	1.53	1.28	20.95
903-1	Sīrupa dzēriens	0.67	150		0.00	0.00	12.16	49.40
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15		1.11	0.15	6.40	33.60
					13.85	17.11	60.12	450.61
Launags		22%						
819-2	Biezpiena masa ar zemeņu mērci (Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	0.67	90/25		9.52	10.88	8.23	178.22
66-1/	Sausmaizīte (Sausmaizīte *A-01))	0.67	10		1.28	0.04	7.64	36.00
913-2	Karkadē dzēriens (bez cukura)	0.67	150		0.01	0.00	0.00	0.03
					10.81	10.92	15.87	214.25
KOPĀ:		100%						
Pievienotais sāls 1 grami		Dārzeņi 184.5 grami			32.34	37.27	118.05	953.62
Pievienotais cukurs 10.7 grami		Kartupeļi 37.3 grami						
Augļi un ogas 20 grami		Gala un zivs 40 grami						
				Siers, biezpiens 75 grami				
				Piena produkti 149.6 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.

Garais pasūtīj. 2.nedēļa 3-6g.

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 4

Ēdienkarte

**2.nedēļa 3-6g. bērniem B//Ziemas sezona
(sk.progr.) (8)**

Apstiprinu

3x nedēļā nodrošinām LAD progr. "Piens un augļi",

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

15.12.2023

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 29%							
611-4	Kviešu biezputra ar sviestu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Kviešu putraini(*A-01), Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.51	3.95	16.52	115.79
39	Kliju maize ar ievārījumu (Maize,kliju (*A-01) NPKS)	0.67	15/10	1.33	0.35	13.86	65.80
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	0.67	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				10.84	8.30	39.38	277.59
Pusdienas 48%							
352-3	Zivju zupa ar krējumu (Zivis fileja b/a (*A-04), Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	4.83	4.21	9.88	95.80
725-6	Rīsi ar krāsainiem dārzeņiem	0.67	180	4.73	6.50	48.07	273.73
159-1	Sarkano galviņkāpostu salāti	0.67	30	0.32	1.50	2.24	22.78
117-1	Burkānu salāti ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	30	0.50	1.22	1.99	22.16
958-1	Ūdens ar apelsīnu šķēlītēm	0.67	150	0.09	0.02	0.79	3.67
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				11.58	13.60	69.37	451.74
Launags 23%							
81/3	Sviestmaize ar sieru, tomātiem (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))	0.67	20/4/15/15	5.20	7.87	10.68	137.13
936-2	Tēja liepziedu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2120	"Skolas"auglis	0.67	100	0.60	1.19	14.63	71.66
				5.80	9.06	28.30	220.78
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeņi 118.9 grami		28.22	30.96	137.05	950.11
Pievienotais cukurs 6.3 grami		Kartupeļi 56 grami					
Augļi un ogas 159.6 grami		Gala un zivs 28.4 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)				Piena produkti 285.7 grami			
VIDĒJI:							
KOPĀ:				32.52	37.98	128.62	1011.9
Pievienotais sāls 4.25 grami		Dārzeņi 727.1 grami		162.59	189.92	643.10	5059.50
Pievienotais cukurs 43.3 grami		Kartupeļi 416.1 grami		Siers, biezpiens 110 grami			
Augļi un ogas 498 grami		Gala un zivs 216.3 grami		Piena produkti 1232.3 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Garais pasūtīj. 2.nedēļa 3-6g.

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"