

Ēdienkarte**3-6g.bērniem, 3.nedēļa B// Pavasara sezona (8)**

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

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

18.03.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 25%							
630-5	Rīsu biezputra ar sviestu (Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	4.57	5.22	26.54	171.60
39	Kliju maize ar ievārījumu (Maize,kliju (*A-01) NPKS)	0.67	15/10	1.33	0.35	13.86	65.80
934-2	Tēja-kumelīšu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				5.90	5.57	43.39	249.39
Pusdienas 46%							
349-2	Zemnieku zupa ar krējumu (Putraimi miežu(*A-01) , Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.60	4.22	8.97	90.98
425-1	Maltās gaļas mērce (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	0.67	80	6.49	8.62	3.11	137.37
713-6	Makaroni, vārīti (Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)	0.67	90	2.33	0.96	24.34	126.05
118-2	Burkānu salāti ar eļļu	0.67	30	0.57	3.74	3.80	53.18
128-1	Gurķu-tomātu salāti ar eļļu	0.67	30	0.44	1.57	1.39	21.45
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)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.63	19.27	48.30	464.23
Launags 29%							
817-3	Biezpiena masa ar rozīnēm (Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	0.67	100	9.78	8.67	12.57	177.27
68	Sviestmaize (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4	1.28	3.68	7.59	69.62
936-2	Tēja liepziedu (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
2100-1	Auglis(ābols)	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				11.46	13.15	29.96	294.90
KOPĀ: 100%				31.99	37.99	121.65	1008.52
Pievienotais sāls 1.1 grami		Dārzeņi 122.2 grami					
Pievienotais cukurs 10 grami		Kartupeļi 44.8 grami		Siers, biezpiens 62.5 grami			
Augļi un ogas 121.7 grami		Gaļa un zivs 40 grami		Piena produkti 119.85 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. 3-6g.bērniem,

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

Ēdienkarte**3-6g.bērniem, 3.nedēļa B// Pavasara sezona (8)**

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

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

19.03.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 24%							
326-2	Piena zupa ar nūdelēm (Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	180	4.19	3.18	17.18	114.26
14/1	Baltmaize ar krēmsieru (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Krēmsiers)	0.67	15/20	2.38	4.94	8.28	88.10
2107-4	Auglis(bumbieris)	0.67	100	0.40	0.30	9.50	42.30
				6.97	8.42	34.96	244.66
Pusdienas 49%							
365-1	Bērnu soļanka veģetārā/krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	1.21	2.04	7.02	51.80
410	Cūkgaļas kotlete (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Oļas(*A-03) NPKS, Rīvmaize (*A-01),NPKS)	0.67	60	10.23	10.64	9.62	203.36
704-6	Griķi ,vārīti	0.67	90	4.40	1.31	24.59	130.09
554-2	Piena mērce (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)	0.67	30	0.79	1.09	2.49	22.91
166-11	Sv. kāpostu- tomātu salāti ar eļļu	0.67	30	0.70	3.06	2.93	39.63
150	Paprika	0.67	30	0.58	0.00	2.37	11.83
913-2	Karkadē dzēriens (bez cukura)	0.67	150	0.01	0.00	0.00	0.03
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				19.03	18.29	55.42	493.25
Launags 26%							
835-5	Kellogs ar pienu (Kukurūzas pārslas saldās(*A-01,05,11), Piens 2%(*A-07) NPKS)	0.67	30/150	6.66	3.18	30.96	179.28
05-1	Kliju maize ar sviestu, gurķiem (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4/20	1.47	3.65	7.61	70.94
940-2	Tēja piparmētru	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				8.13	6.83	41.56	262.21
KOPĀ: 100%				34.13	33.54	131.94	1000.12
Pievienotais sāls 0.8 gramī		Dārzeņi 143.4 gramī					
Pievienotais cukurs 6.7 gramī		Kartupeļi 28.8 gramī		Siers, biezpiens 20 gramī			
Augļi un ogas 102.2 gramī		Gala un zivs 50 gramī		Piena produkti 267 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.

Gara pasūtīj. 3-6g.bērniem,

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2

Ēdienkarte**3-6g.bērniem, 3.nedēļa B// Pavasara sezona (8)**

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

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

20.03.2024Ēdienr. Ēdiena nosaukums
(Alerģēni)P.sk. Gat.sv.Olbaltumi TaukiOgļhidrāti Kcal

Brokastis		28%					
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu (Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	4.77	5.43	27.15	178.40
81/3	Sviestmaize ar sieru (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))	0.67	15/4/15	4.62	7.70	7.59	120.62
936-2	Tēja liepziedu (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
				9.39	13.13	34.74	299.03
Pusdienas		39%					
413-4	Cūkgaļas/dārzenu sautējums,krējums (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	150/10	8.82	10.02	15.80	208.47
125	Gurķi,svaigi	0.67	30	0.36	0.04	1.16	6.32
100-1	Balto redīsu-burkānu salāti ar eļļu	0.67	30	0.51	2.24	1.90	30.92
872-6	Jogurta krēms ar sīrupa ķīseli (Krējums sald. 35%NPKS(*A-07), Jogurts NPKS(*A-07))	0.67	60/150	1.12	3.29	26.78	142.46
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				11.92	15.74	52.04	421.77
Launags		32%					
1023	Plānas pankūkas ar ievārījumu (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS, Olas(*A-03) NPKS)	0.67	90/15	5.11	4.80	34.73	202.78
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	0.67	200	6.00	4.00	9.00	96.00
2100-1	Auglis(ābols)	0.67	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				11.51	9.60	53.53	346.78
KOPĀ:		100%					
				32.82	38.47	140.31	1067.58
Pievienotais sāls 0.35 grami		Dārzeņi 153.1 grami					
Pievienotais cukurs 9 grami		Kartupeļi 76.67 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 382.3 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**3-6g.bērniem, 3.nedēļa B// Pavasara sezona (8)**

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

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

21.03.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 28%							
613-5	Mannā biežputra ar zemeņu mērci (Piens 2%(*A-07) NPKS, Mannā (*A-01) NPKS)	0.67	150/20	5.12	2.07	24.80	138.54
66-1/	Sausmaizīte (Sausmaizīte *A-01))	0.67	10	1.28	0.04	7.64	36.00
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	0.67	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				12.40	6.11	41.44	270.54
Pusdienas 46%							
302-33	Biešu zupa ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.18	5.11	11.54	106.80
479	Vistas gaļas bumbiņas sautētas (Olas(*A-03) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	100	6.58	8.23	5.63	118.24
718-4	Rīsi,vārīti	0.67	90	2.25	1.42	24.45	121.32
172-1	Svaigu dārzeņu salāti ar eļļu	0.67	30	0.46	1.53	1.70	22.70
117-1	Burkānu salāti ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	30	0.73	1.84	2.98	33.17
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)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.40	18.30	53.49	439.50
Launags 26%							
05	Kliju maize ar sviestu, sieru (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))	0.67	15/4/15	4.65	7.65	7.09	119.12
2002-2	Cepumi (Cepumi(*A-01,03,05,06,07,08,11))	0.67	30	2.04	3.81	20.94	126.30
936-2	Tēja liepziedu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				6.69	11.46	31.02	257.41
KOPĀ: 100%				33.49	35.87	125.95	967.45
Pievienotais sāls 1.1 grami Dārzeņi 146.6 grami Pievienotais cukurs 8.7 grami Kartupeļi 37.3 grami Siers, biezpiens 15 grami Augļi un ogas 24.6 grami Gaļa un zivs 40 grami Piena produkti 309.1 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. 3-6g.bērniem,

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 4

Ēdienkarte**3-6g.bērniem, 3.nedēļa B// Pavasara sezona (8)**

Apstiprinu

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

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

22.03.2024Ēdienr. Ēdiena nosaukums
(Alerģēni)P.sk. Gat.sv.Olbaltumi TaukiOgļhidrāti Kcal

Brokastis		33%					
606-4	Auzu pārslu biezputra ar sviestu (Auzu pārslas (*A-01), Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	4.65	6.27	16.36	141.44
33	Graudu maize ar tomātiem (Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4/15	1.89	4.75	7.05	79.88
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	0.67	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				12.54	15.02	32.41	317.32
Pusdienas		43%					
358-3	Dārzeņu zupa ar nūdelēm (Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS)	0.67	150	1.25	1.89	8.53	57.16
510-1	Zivju kotlete (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Zivis fileja (*A-04), Hīvmaize (*A-01),NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)	0.67	60	11.55	6.23	8.22	136.41
710-5	Kartupeļu biezenis (Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	120	2.65	2.77	16.35	103.18
137-1	KĶīnas kāpostu-kukurūzas salāti ar eļļu	1	30	0.34	1.03	1.35	16.19
155-1	Redīsu-lociņu salāti ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	0.67	30	0.63	1.24	1.07	18.32
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
48	Saldskābmaize (Maize saldskābā (*A-01) NPKS)	0.67	15	0.90	0.12	7.55	36.30
				17.32	13.28	55.04	416.18
Launags		24%					
41-4	Rudzu maize ar olu (Maize rudzu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4/20	3.35	5.73	6.57	94.74
157-12	Rūjienas salāti ar eļļu	0.67	100	1.86	4.05	8.43	78.78
936-2	Tēja liepziedu	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
				5.61	10.08	27.49	227.81
KOPĀ:		100%		35.47	38.38	114.94	961.31
Pievienotais sāls 0.9 grami		Dārzeni 195.8 grami					
Pievienotais cukurs 5.4 grami		Kartupeļi 130.6 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 338.8 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							
VIDĒJI:				33.58	36.85	126.96	1001
KOPĀ:				167.90	184.25	634.79	5004.98
Pievienotais sāls 4.25 grami		Dārzeni 761.1 grami					
Pievienotais cukurs 39.8 grami		Kartupeļi 318.17 grami		Siers, biezpiens 112.5 grami			
Augļi un ogas 448.5 grami		Gala un zivs 220 grami		Piena produkti 1417.05 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Garais pasūtīj. 3-6g.bērniem,

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 5

Ēdienkarte**1-2g.bērniem, 3.nedēļa B// Pavasara sezona (8)**

Apstiprinu

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

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

18.03.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 23%							
630-5	Rīsu biezputra ar sviestu (Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	100	3.06	2.94	17.89	110.32
39	Kliju maize ar ievārījumu (Maize,kliju (*A-01) NPKS)	1	15/10	1.33	0.35	13.86	65.80
934-2	Tēja-kumelīšu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				4.39	3.29	33.75	184.11
Pusdienas 45%							
349-2	Zemnieku zupa ar krējumu (Putraimi miežu(*A-01) , Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	1	100/3	2.42	2.88	6.03	61.64
425-1	Maltās gaļas mērce (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	1	80	6.49	8.62	3.11	137.37
713-6	Makaroni, vārīti (Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)	1	60	1.56	0.63	16.32	84.39
118-2	Burkānu salāti ar eļļu	1	30	0.38	2.53	2.58	35.95
128-1	Gurķu-tomātu salāti ar eļļu	1	30	0.30	1.03	0.93	14.33
957-1	Ūdens ar citronu	1	100	0.06	0.01	0.20	1.07
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				11.95	15.80	33.44	357.15
Launags 32%							
817-3	Biezpiena masa ar rozīnēm (Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	1	100	9.78	8.67	12.57	177.27
68	Sviestmaize (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	8/2	0.68	1.86	4.05	36.14
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				10.70	11.01	24.50	250.20
KOPĀ: 100%				27.04	30.10	91.69	791.46
Pievienotais sāls 0.88 grami		Dārzeņi 87.4 grami					
Pievienotais cukurs 10.5 grami		Kartupeļi 30 grami		Siers, biezpiens 62.5 grami			
Augļi un ogas 77.5 grami		Gaļa un zivs 40 grami		Piena produkti 87.75 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. 1-2g.bērniem,

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

Ēdienkarte**1-2g.bērniem, 3.nedēļa B// Pavasara sezona (8)**

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

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

19.03.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 23%							
326-2	Piena zupa ar nūdelēm (Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	120	2.81	2.13	11.52	76.52
14/1	Baltmaize ar krēmsieru (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Krēmsiers)	1	10/20	1.96	4.81	5.76	74.80
2107-4	Auglis(bumbieris)	1	60	0.24	0.18	5.70	25.38
				5.01	7.12	22.98	176.70
Pusdienas 53%							
365-1	Bērnu soļanka veģetārā/krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	1	100//3	0.82	1.42	4.72	35.30
410	Cūkgaļas kotlete (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Oļas(*A-03) NPKS, Rīvmaize (*A-01),NPKS)	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 (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)	1	20	0.53	0.76	1.66	15.61
166-11	Sv. kāpostu- tomātu salāti ar eļļu	1	30	0.46	2.04	1.99	26.59
150	Paprika	1	30	0.39	0.00	1.59	7.92
913-2	Karkadē dzēriens (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.02
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				16.11	15.83	40.31	398.25
Launags 24%							
335-5	Kellogss ar pienu (Kukurūzas pārslas saldās(*A-01,05,11), Piens 2%(*A-07) NPKS)	1	20/100	5.04	2.52	21.58	129.32
05-1	Kliju maize ar sviestu, gurķiem (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	10/2/15	0.99	1.88	5.12	42.58
940-2	Tēja piparmētru	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				6.03	4.40	28.70	179.89
KOPĀ: 100%				27.15	27.35	91.99	754.84
Pievienotais sāls 0.75 grami		Dārzeņi 100.43 grami					
Pievienotais cukurs 4.5 grami		Kartupeļi 19.3 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
Augļi un ogas 61.5 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 198 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**1-2g.bērniem, 3.nedēļa B// Pavasara sezona (8)**

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

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

20.03.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 25%							
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu (Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	100/2	3.19	3.08	18.16	114.33
81/3	Sviestmaize ar sieru (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))	1	8/2/15	4.02	5.88	4.05	87.14
936-2	Tēja liepziedu (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.01
				7.21	8.96	22.21	201.48
Pusdienas 42%							
413-4	Cūkgaļas/dārzenu sautējums,krējums (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	1	150/10	8.82	10.02	15.80	208.47
125	Gurķi,svaigi	1	30	0.24	0.03	0.78	4.23
100-1	Balto redīsu-burkānu salāti ar eļļu	1	30	0.35	1.53	1.28	20.95
872-6	Jogurta krēms ar sīrupa ķīseli (Krējums sald. 35%NPKS(*A-07), Jogurts NPKS(*A-07))	1	40/100	0.74	2.20	17.91	95.25
				10.15	13.78	35.77	328.90
Launags 33%							
1023	Plānas pankūkas ar ievārījumu (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS, Oļas(*A-03) NPKS)	1	60/10	3.43	3.21	23.25	135.66
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
2100-1	Auglis(ābols)	1	60	0.24	0.48	5.88	28.80
				9.67	7.69	38.13	260.46
KOPĀ: 100%				27.03	30.43	96.11	790.84
Pievienotais sāls 0.35 grami		Dārzeņi 124 grami					
Pievienotais cukurs 6 grami		Kartupeļi 76.67 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 60 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 324 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**1-2g.bērniem, 3.nedēļa B// Pavasara sezona (8)**

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

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

21.03.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 27%							
613-5	Mannā biežputra ar zemeņu mērci (Piens 2%(*A-07) NPKS, Mannā (*A-01) NPKS)	1	100/15	3.42	1.39	16.60	92.72
66-1/	Sausmaizīte (Sausmaizīte *A-01))	1	5	0.64	0.02	3.82	18.00
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				10.06	5.41	29.42	206.72
Pusdienas 44%							
302-33	Biešu zupa ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	1	100/2	2.13	3.47	7.74	72.09
479	Vistas gaļas bumbiņas sautētas (Olas(*A-03) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	1	100	6.58	8.23	5.63	118.24
718-4	Rīsi,vārīti	1	60	1.51	0.90	16.40	80.90
172-1	Svaigu dārzeņu salāti ar eļļu	1	30	0.30	1.02	1.12	15.14
117-1	Burkānu salāti ar krējumu (Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)	1	30	0.50	1.22	1.99	22.16
958-1	Ūdens ar apelsīnu šķēlītēm	1	100	0.06	0.01	0.53	2.46
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	10	0.74	0.10	4.27	22.40
				11.82	14.95	37.68	333.39
Launags 28%							
05	Kliju maize ar sviestu, sieru (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))	1	15/4/15	4.65	7.65	7.09	119.12
2002-2	Cepumi (Cepumi(*A-01,03,05,06,07,08,11))	1	20	1.36	2.54	13.96	84.20
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				6.01	10.19	23.05	211.31
KOPĀ: 100%				27.89	30.55	90.15	751.42
Pievienotais sāls 0.94 grami Dārzeņi 103.2 grami							
Pievienotais cukurs 5.8 grami Kartupeļi 25 grami Siers, biezpiens 15 grami							
Augļi un ogas 16.5 grami Gala un zivs 40 grami Piena produkti 275.5 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. 1-2g.bērniem,

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 4

Ēdienkarte**1-2g.bērniem, 3.nedēļa B// Pavasara sezona (8)**

Apstiprinu

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

kas tiek iekļauti MK noteik.Nr.172 pielikuma

5.punktā minēto produktu daudzumos.

22.03.2024Ēdienr. Ēdiena nosaukums
(Alerģēni)P.sk. Gat.sv.Olbaltumi TaukiOgļhidrāti Kcal

Brokastis		26%					
606-4	Auzu pārslu biezputra ar sviestu (Auzu pārslas (*A-01), Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	100/4	3.11	3.40	10.94	87.45
33	Graudu maize ar tomātiem (Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	10/2/15	1.31	2.63	4.89	49.37
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	1	100	3.00	2.00	4.50	48.00
				7.42	8.03	20.33	184.82
Pusdienas		46%					
358-3	Dārzeņu zupa ar nūdelēm (Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS)	1	100	0.86	1.32	5.74	38.84
510-1	Zivju kotlete (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Zivis fileja (*A-04), Hivmaize (*A-01),NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Piens 2%(*A-07) NPKS)	1	60	11.55	6.23	8.22	136.41
710-5	Kartupeļu biezenis (Piens 2%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	80	1.78	1.85	10.95	69.06
137-1	Kīnas kāpostu-kukurūzas salāti ar eļļu	1	30	0.34	1.03	1.35	16.19
155-1	Redīsu-lociņu salāti ar krējumu (Krēji. skābais 20%(*A-07), NPKS)	1	30	0.42	0.83	0.72	12.24
903-2	Sīrupa dzēriens	1	100	0.00	0.00	8.00	32.50
48	Saldskābmaize (Maize saldskābā (*A-01) NPKS)	1	10	0.60	0.08	5.03	24.20
				15.55	11.34	40.01	329.44
Launags		29%					
41-4	Rudzu maize ar olu (Maize rudzu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	1	15/4/20	3.35	5.73	6.57	94.74
157-12	Rūjienas salāti ar eļļu	1	100	1.86	4.05	8.43	78.78
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2107-4	Auglis(bumbieris)	1	60	0.24	0.18	5.70	25.38
				5.45	9.96	22.70	206.89
KOPĀ:		100%		28.42	29.33	83.04	721.15
Pievienotais sāls 0.9 grami		Dārzeni 178.47 grami					
Pievienotais cukurs 3.6 grami		Kartupeļi 87.5 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
Augļi un ogas 60 grami		Gala un zivs 50 grami		Piena produkti 195.87 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							
VIDĒJI:				27.51	29.55	90.6	761.94
KOPĀ:				137.53	147.76	452.98	3809.71
Pievienotais sāls 3.82 grami		Dārzeni 593.5 grami					
Pievienotais cukurs 30.4 grami		Kartupeļi 238.47 grami		Siers, biezpiens 112.5 grami			
Augļi un ogas 275.5 grami		Gala un zivs 220 grami		Piena produkti 1081.12 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Garais pasūtīj. 1-2g.bērniem,

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 5

