SIA ANIVA

Ēdienkarte

1.nedēļa, 1-2g. bērniem /Rudens sezona (sk.progr.) Zeltrīti PII

Apstiprinu:

D. Lācīte-Daniševska
Mārupes novada
pirmsskolas izglītības iestādes "Zeltrīti"
vadītājas vietniece izglītības jomā

MK not. Nr. 172 nosaka piena prod. un augļu/dārzeņu minimālo daudzumu nedēļā, t.sk. LAD produktus.

Pirmdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis	**30%**						
606-4	Auzu pārslu biezputra ar sviestu *(Auzu pārslas (*A-01), NPKS, Piens 2%(*A-07), Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	100/2	3.11	3.65	10.95	89.68
923	"Skolas" piens *(Piens skolas(*A-07))*	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
2008	Prjaņiki *(Prjaņiki(*A-01,03,07))*	1	15	0.90	0.46	11.20	52.65
				10.01	**8.11**	**31.15**	**238.33**
Pusdienas	**41%**						
336-3	Skābeņu zupa ar olu, krējumu *(Putraimi miežu (*A-01) NPKS, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Olas(*A-03) NPKS)*	1	100/3/3	1.68	2.29	7.98	60.50
408	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem *(Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))*	1	80	6.70	8.44	4.30	141.52
713-6	Makaroni, vārīti *(Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)*	1	60	1.56	0.63	16.32	84.39
132-4	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu *(Selerija sakne(*A-09))*	1	30	0.49	1.83	1.94	24.94
128-1	Gurķu-tomātu salāti ar eļļu	1	30	0.30	1.03	0.93	14.33
958	Dzeramais ūdens ar apelsīnu	1	100	0.06	0.01	0.53	2.46
				10.79	**14.23**	**32.00**	**328.14**
Launags	**29%**						
909-2	Jogurts dzeramais *(Jogurts NPKS(*A-07))*	1	100	2.50	1.80	12.20	76.00
06	Kliju maize ar sviestu un sieru *(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))*	1	10/2/20	5.33	7.23	4.73	108.46
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				8.23	**9.83**	**26.73**	**232.46**
KOPĀ:	**100%**			**29.03**	**32.17**	**89.88**	**798.93**

Pievienotais sāls 1.44 grami | Dārzeni 108.9 grami

Pievienotais cukurs 1.8 grami | Kartupeļi 40 grami | Siers, biezpiens 20 grami

Augļi un ogas 106.7 grami | Gala un zivs 40 grami | Piena produkti 368.5 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.

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1.nedēļa, 1-2g. bērniem
/Rudens sezona (sk.progr.) Zeltrīti PII

Apstiprinu: D. Lācīte-Daniševska
Mārupes novada pirmsskolas izglītības iestādes "Zeltrīti" vadītājas vietniece izglītības jomā

MK not. Nr. 172 nosaka piena prod. un augļu/dārzeņu minimālo daudzumu nedēļā, t.sk. LAD produktus.

Otrdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis	**23%**						
1015	Olu kultenis *(Piens 2%(*A-07), Olas(*A-03) NPKS)*	1	80	7.58	10.08	1.20	129.98
27	Graudu maize ar gurķiem *(Maize graudu (*A-01; 11), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	10/2/10	1.23	2.61	4.58	47.57
940-2	Tēja piparmētru	1	100	0.00	0.00	2.00	7.98
				8.81	**12.69**	**7.78**	**185.53**
Pusdienas	**54%**						
257-3	Rasoļniks ar krējumu *(Grūbas (*A01) NPKS, Krēj.skābais 25%(*A-07), NPKS)*	1	100/3	2.19	2.89	8.11	68.81
410	Cūkgaļas kotlete *(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Rīvmaize (*A-01))*	1	60	10.70	12.43	10.63	226.61
704-6	Griķi ,vārīti	1	60	2.94	0.87	16.46	87.05
569-2	Piena -dārzeņu mērce *(Piens 2%(*A-07), Milti kviešu a/l(*A-01)BL)*	1	20	0.54	1.05	1.55	17.87
114-1	Burkānu-ziedkāpostu salāti ar eļļu	1	30	0.47	1.54	1.87	23.50
125-1	Gurķi,svaigi (ripiņās)	1	30	0.24	0.03	0.78	4.23
913-2	Karkadē dzēriens (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.02
				17.08	**18.81**	**39.40**	**428.09**
Launags	**23%**						
327-4	Piena zupa ar rīsiem *(Piens 2%(*A-07), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	120	2.64	1.98	12.78	79.44
08-3	Baltmaize ar ievārījumu *(Maize kviešu (*A-01) NPKS)*	1	8/10	0.71	0.22	10.83	48.68
2106-2	Auglis(banāns)	1	60	0.72	0.12	12.00	52.80
				4.07	**2.32**	**35.61**	**180.92**
KOPĀ:	**100%**			**29.96**	**33.82**	**82.79**	**794.54**

Pievienotais sāls 1.48 grami | Dārzeni 93.03 grami
Pievienotais cukurs 3.56 grami | Kartupeļi 30 grami | Siers, biezpiens 0 grami
Augļi un ogas 60 grami | Gala un zivs 52 grami | Piena produkti 93.8 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.

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1.nedēļa, 1-2g. bērniem /Rudens sezona (sk.progr.) Zeltrīti PII

Apstiprinu:

D. Lācīte-Daniševska
Mārupes novada
pirmsskolas izglītības iestādes "Zeltrīti"
vadītājas vietniece izglītības jomā

MK not. Nr. 172 nosaka piena prod. un augļu/dārzeņu minimālo daudzumu nedēļā, t.sk. LAD produktus.

Trešdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis	**19%**						
613-5	Mannā biezputra ar zemeņu mērci *(Piens 2%(*A-07), Mannā (*A-01) NPKS)*	1	100/15	3.42	1.39	16.60	92.72
05	Kliju maize ar sviestu *(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	10/2	0.87	1.87	4.73	40.46
932-2	Tēja augļu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				4.29	**3.26**	**23.33**	**141.17**
Pusdienas	**49%**						
302-33	Biešu zupa ar krējumu *(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	100/2	2.09	3.47	7.55	71.27
444-2	Vistas gaļas stroganovs *(Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Piens 2%(*A-07))*	1	80	6.57	10.57	4.76	135.46
747-3	Pērļu grūbas,vārītas *(Pērļu grūbas (*A-01) NPKS)*	1	60	1.54	0.48	15.18	71.24
130-1	Gurķu-zaļumu salāti ar eļļu	1	30	0.25	1.53	0.77	17.78
100-1	Balto redīsu-burkānu salāti ar eļļu	1	30	0.35	1.53	1.28	20.95
963-1	Ūdens ar upenēm	1	100	0.06	0.01	0.47	2.27
38-2	Rudzu maize *(Maize rudzu (*A-01) NPKS)*	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				11.97	**17.74**	**36.41**	**352.57**
Launags	**32%**						
825	Biezpiena saldā masa ar marmelādi *(Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))*	1	100	11.15	5.62	8.59	141.26
05	Kliju maize ar sviestu *(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	10/2	0.87	1.87	4.73	40.46
934-2	Tēja-kumelīšu (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.01
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				12.42	**8.29**	**23.12**	**229.73**
KOPĀ:	**100%**			**28.68**	**29.29**	**82.86**	**723.47**

Pievienotais sāls 1.1 grami | Dārzeni 107.8 grami

Pievienotais cukurs 8.8 grami | Kartupeļi 25 grami | Siers, biezpiens 75 grami

Augļi un ogas 116.5 grami | Gala un zivs 40 grami | Piena produkti 104 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.

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1.nedēļa, 1-2g. bērniem
/Rudens sezona (sk.progr.) Zeltrīti PII

Apstiprinu:

D. Lācīte-Daniševska
Mārupes novada
pirmsskolas izglītības iestādes "Zeltrīti"
vadītājas vietniece izglītības jomā

MK not. Nr. 172 nosaka piena prod. un augļu/dārzeņu minimālo daudzumu nedēļā, t.sk. LAD produktus.

Ceturtdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	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), Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	120	2.81	2.13	11.02	74.53
051	Kliju maize ar krēmsieru un gurķi *(Maize,kliju (*A-01) NPKS, Krēmsiers)*	1	10/15/15	1.78	3.64	5.51	63.16
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				4.99	**6.57**	**26.33**	**185.69**
Pusdienas	**57%**						
428-5	Plovs ar cūkgaļu	1	100	8.06	5.90	21.34	193.26
175-1	Tomāti ,svaigi	1	30	0.33	0.06	1.14	6.42
141-1	Ķīnas kāpostu -papriku salāti	1	30	0.30	1.50	0.94	18.45
878-2	"Abavas sniegs" *(Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07), Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))*	1	40	0.92	5.47	5.60	75.43
898-1	Ogu sīrupa ķīselis	1	100	0.00	0.00	14.56	59.03
914-2	"Skolas" kefīrs *(Kefīrs 2.5% (*A-07))*	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				15.61	**16.93**	**52.58**	**448.59**
Launags	**20%**						
634-1	Griķu biezputra ar krējumu *(Piens 2%(*A-07), Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	100/5	4.42	2.83	18.04	116.83
125-1	Gurķi,svaigi	1	30	0.24	0.03	0.78	4.23
44	Rudzu maize ar sviestu *(Maize rudzu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	10/2	0.75	1.74	4.29	37.26
934-1	Tēja kumelīšu (bez cukura)	1	100	0.00	0.00	0.00	0.00
				5.41	**4.60**	**23.11**	**158.32**
KOPĀ:	**100%**			**26.01**	**28.10**	**102.02**	**792.60**

Pievienotais sāls 1.076 grami | Dārzeni 117.32 grami
Pievienotais cukurs 4.53 grami | Kartupeļi 0 grami | Siers, biezpiens 15 grami
Augļi un ogas 100 grami | Gala un zivs 40 grami | Piena produkti 343 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.

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1.nedēļa, 1-2g. bērniem /Rudens sezona (sk.progr.) Zeltrīti PII

Apstiprinu: D. Lācīte-Daniševska
Mārupes novada pirmsskolas izglītības iestādes "Zeltrīti" vadītājas vietniece izglītības jomā

MK not. Nr. 172 nosaka piena prod. un augļu/dārzeņu minimālo daudzumu nedēļā, t.sk. LAD produktus.

Piektdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis	**41%**						
609-4	Kukurūzas biezputra ar ievārījumu *(Piens 2%(*A-07))*	1	100/15	3.24	1.44	28.34	140.57
68	Sviestmaize *(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	15/4	1.28	3.68	7.59	69.62
923	"Skolas" piens *(Piens skolas(*A-07))*	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				10.52	**9.12**	**44.93**	**306.19**
Pusdienas	**38%**						
332-2	Sakņu zupa ar krējumu *(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	100/3	2.30	2.63	5.85	56.83
501	Cepta zivs fileja *(Zivis fileja b/a (*A-04), Olas(*A-03) NPKS, Milti kviešu a/l(*A-01)BL)*	1	60	8.02	5.64	4.28	95.16
706-5	Kartupeļi, vārīti	1	80	1.65	0.08	12.23	58.03
554-2	Piena mērce *(Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Piens 2%(*A-07))*	1	20	0.53	0.76	1.66	15.61
169-3	Sv.kāpostu -zaļumu salāti	1	30	0.56	0.79	2.03	15.17
1240-1	Ziedkāpostu-tomātu salāti *(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	30	0.99	0.85	3.01	24.59
957-1	Dzeramais 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
				14.85	**10.86**	**33.53**	**288.86**
Launags	**21%**						
41-3	Rudzu maize ar olu *(Maize rudzu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	15/4/25	3.91	6.31	6.61	102.60
199-2	Dārzeņu plate	1	50	0.52	0.05	1.62	9.05
563-2	Skābā krējuma-zaļumu mērce *(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	20	0.55	3.80	0.64	38.93
934-2	Tēja-kumelīšu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				4.98	**10.16**	**10.87**	**158.57**
KOPĀ:	**100%**			**30.35**	**30.14**	**89.33**	**753.62**

Pievienotais sāls 0.89 grami | Dārzeni 133.78 grami
Pievienotais cukurs 3.3 grami | Kartupeļi 106.66 grami | Siers, biezpiens 0 grami
Augļi un ogas 6.8 grami | Gala un zivs 55 grami | Piena produkti 306.2 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

VIDĒJI:				**28.81**	**30.7**	**89.38**	**772.63**
KOPĀ:				**144.03**	**153.52**	**446.88**	**3863.16**

Pievienotais sāls 5.986 grami | Dārzeni 560.83 grami
Pievienotais cukurs 21.99 grami | Kartupeļi 201.66 grami | Siers, biezpiens 110 grami
Augļi un ogas 390 grami | Gala un zivs 227 grami | Piena produkti 1215.5 grami

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.