SIA ANIVA

Ēdienkarte

4.nedēļa, 1-2g. bērniem

B//Rudens sezona Zeltrīti PII (8)

Apstiprinu:

I. Jirgensone
Mārupes novada pirmsskolas izglītības iestādes «Zeltrīti» vadītāja
12.10.26

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%**						
615-1	Mannas biezputra ar āboliem *(Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07))*	1	100	3.21	1.32	15.61	87.23
14/1	Baltmaize ar krēmsieru *(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Krēmsiers)*	1	10/15	1.68	3.67	5.58	62.75
923	"Skolas" piens *(Piens skolas(*A-07))*	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				10.89	**8.99**	**30.19**	**245.98**
Pusdienas	**45%**						
D319/2	Veģetārā soļanka	1	100	0.74	1.35	4.62	34.00
422-5	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem *(Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)*	1	150	10.13	10.72	29.29	266.73
153-1	Redīsu-gurķu salāti ar krējumu *(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	30	0.43	1.23	0.75	15.81
120-6	Burkānu salāti ar sēkliņām ar eļļu	1	30	0.61	2.16	2.31	32.45
958	Dzeramais ūdens ar apelsīnu	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
				12.71	**15.57**	**41.77**	**373.85**
Launags	**25%**						
41-4	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
193	Zirnīši ar gurķiem un eļļu	1	40	1.42	2.00	4.74	44.27
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				5.73	**9.11**	**23.15**	**202.86**
KOPĀ:	**100%**			**29.33**	**33.67**	**95.11**	**822.69**

Pievienotais sāls 1.69 grami | Dārzeni 137.94 grami

Pievienotais cukurs 2.88 grami | Kartupeļi 19.33 grami | Siers, biezpiens 15 grami

Augļi un ogas 128.5 grami | Gala un zivs 40 grami | Piena produkti 260 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

4.nedēļa, 1-2g. bērniem

B//Rudens sezona Zeltrīti PII (8)

Apstiprinu:

I. Jirgensone
Mārupes novada pirmsskolas
izglītības iestādes «Zeltrīti» vadītāja
12.10.26.

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	**20%**						
610-3	Kukurūzas biezputra ar sviestu *(Piens 2%(*A-07), Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	100/2	2.89	2.88	17.69	109.43
66-3	Sausmaizīte ar ievārījumu *(Sausmaizīte *A-01))*	1	5/7	0.67	0.02	8.58	37.18
940-2	Tēja piparmētru	1	100	0.00	0.00	2.00	7.98
				3.56	**2.90**	**28.27**	**154.59**
Pusdienas	**56%**						
441	Vistas gaļas kotlete *(Olas(*A-03) NPKS, Maize kviešu (*A-01) NPKS, Rīvmaize (*A-01))*	1	60	8.26	12.91	7.86	175.34
704-6	Griķi ,vārīti	1	60	2.94	0.87	16.46	87.05
553-2	Krējuma mērce *(Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	20	0.35	3.22	1.36	35.79
177-1	Tomātu salāti ar eļļu	1	30	0.33	1.06	1.08	15.15
140-1	Ķīnas kāpostu-zaļumu salāti ar eļļu	1	30	0.32	1.00	0.92	13.98
840-2	Ogu uzpūtenis ar pienu *(Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2%(*A-07))*	1	60/100	3.80	2.10	15.83	97.96
				16.00	**21.16**	**43.51**	**425.27**
Launags	**23%**						
828	Biezpiens ar gurķiem *(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS, Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07))*	1	90	9.28	4.51	1.99	94.98
04	Kliju maize *(Maize,kliju (*A-01) NPKS)*	1	10	0.86	0.23	4.71	25.60
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				10.54	**5.54**	**18.50**	**176.57**
KOPĀ:	**100%**			**30.10**	**29.60**	**90.28**	**756.43**

Pievienotais sāls 0.8 grami | Dārzeni 65 grami

Pievienotais cukurs 5 grami | Kartupeļi 0 grami | Siers, biezpiens 60 grami

Augļi un ogas 118 grami | Gala un zivs 50 grami | Piena produkti 179 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

4.nedēļa, 1-2g. bērniem

B//Rudens sezona Zeltrīti PII (8)

Apstiprinu:

I. Jirgensone
Mārupes novada pirmsskolas
izglītības iestādes «Zeltrīti» vadītāja
12.10.26.

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	**36%**						
604-4	Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu *(Auzu pārslas (*A-01), NPKS, Piens 2%(*A-07), Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	100/10	2.85	3.45	16.68	109.78
68	Baltmaize ar sviestu *(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
				10.13	**11.13**	**33.27**	**275.40**
Pusdienas	**36%**						
345-3	Vistas gaļas zupa ar krējumu *(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	100/3	2.73	3.15	6.75	67.77
702	Dārzeņu ragu ar krējumu *(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	150/10	2.65	8.18	15.39	151.13
171-1	Svaigu-marinētu gurķu salāti ar eļļu	1	30	0.20	2.01	0.91	22.51
150	Paprika	1	30	0.39	0.00	1.59	7.92
957-1	Dzeramais ūdens ar citronu	1	100	0.06	0.01	0.20	1.07
48-1	Saldskābmaize *(Maize saldskābā (*A-01) NPKS)*	1	10	0.60	0.08	5.03	24.20
				6.63	**13.43**	**29.87**	**274.60**
Launags	**28%**						
33	Graudu maize ar sieru, tomātiem *(Maize graudu (*A-01; 11), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))*	1	15/4/20/20	6.41	10.12	7.24	148.95
936-2	Tēja liepziedu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
2106-2	Auglis(banāns)	1	60	0.72	0.12	12.00	52.80
				7.13	**10.24**	**21.24**	**209.74**
KOPĀ:	**100%**			**23.89**	**34.80**	**84.38**	**759.74**

Pievienotais sāls 0.7 grami | Dārzeni 206.4 grami

Pievienotais cukurs 3 grami | Kartupeļi 87.5 grami | Siers, biezpiens 20 grami

Augļi un ogas 66.5 grami | Gala un zivs 10 grami | Piena produkti 273 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

4.nedēļa, 1-2g. bērniem

B//Rudens sezona Zeltrīti PII (8)

Apstiprinu:

I. Jirgensone
Mārupes novada pirmsskolas izglītības iestādes «Zeltrīti» vadītāja
12.10.22

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	**34%**						
626-4	Prosas biezputra ar sviestu *(Piens 2%(*A-07), Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	100/2	4.26	3.67	20.47	133.68
55	Saldskābmaize ar gurķiem *(Maize saldskābā (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	10/2/10	0.69	1.73	5.31	40.47
923	"Skolas" piens *(Piens skolas(*A-07))*	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				10.95	**9.40**	**34.78**	**270.15**
Pusdienas	**42%**						
303-5	Boršč̄s ar krējumu *(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	100/3	2.23	2.63	6.45	59.01
442-1	Vistas gaļas mērce *(Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Krējums sald. 35%, NPKS(*A-07))*	1	80	5.86	9.86	2.72	118.19
718-4	Rīsi,vārīti	1	60	1.51	0.90	16.40	80.90
122-1	Dārzeņu salāti ar ķiplokiem	1	30	0.56	1.03	2.18	18.58
139-1	Ķīnas kāpostu-tomātu salāti	1	30	0.30	1.52	1.24	19.82
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	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				11.63	**16.10**	**35.59**	**331.17**
Launags	**24%**						
1034	Burkānu plācenīši ar krējumu *(Olas(*A-03) NPKS, Mannā (*A-01) NPKS, Hīvmaize (*A-01), Milti kviešu a/l(*A-01)BL, Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	100/10	5.16	7.59	21.04	178.54
932-2	Tēja augļu	1	100	0.00	0.00	2.00	7.99
				5.16	**7.59**	**23.04**	**186.53**
KOPĀ:	**100%**			**27.74**	**33.09**	**93.41**	**787.85**

Pievienotais sāls 0.93 grami | Dārzeni 206.9 grami

Pievienotais cukurs 9.4 grami | Kartupeļi 15 grami | Siers, biezpiens 0 grami

Augļi un ogas 8.3 grami | Gala un zivs 40 grami | Piena produkti 282 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

4.nedēļa, 1-2g. bērniem

B//Rudens sezona Zeltrīti PII (8)

Apstiprinu:

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

I. Jirgensone
Mārupes novada pirmsskolas izglītības iestādes «Zeltrīti» vadītāja
12.10.26.

Piektdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis	**27%**						
611-4	Kviešu biezputra ar sviestu *(Piens 2%(*A-01), Kviešu putraimi(*A-01), Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	100/2	3.43	2.80	16.67	105.60
55	Saldskābmaize ar gurķiem *(Maize saldskābā (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	8/2/10	0.57	1.71	4.30	35.63
911-4	Miežu kafijas dzēriens ar pienu *(Miežu kafijas dzēriens(*A-01), Piens 2%(*A-07))*	1	100	2.59	1.63	8.82	60.49
				6.59	**6.14**	**29.79**	**201.72**
Pusdienas	**42%**						
351-1/3	Šķelto zirņu zupa/krējums *(Krēj. skābais 20%(*A-07), NPKS)*	1	100/3	2.89	3.46	7.34	74.40
510-1	Zivju kotlete *(Maize kviešu (*A-01) NPKS, Zivis fileja (*A-04), Rīvmaize (*A-01), Olas(*A-03) NPKS, Piens 2%(*A-07))*	1	50	10.41	5.21	6.84	116.95
710-5	Kartupeļu biezenis *(Piens 2%(*A-07), Sviests 82% (*A-07), NPKS)*	1	80	1.78	1.85	10.95	69.06
111-1	Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	1	30	0.44	1.53	2.87	26.96
169-1	Sv.kāpostu -zaļumu salāti	1	30	0.56	1.64	2.01	22.84
966	Dzeramais ūdens ar cidonijām	1	100	0.04	0.04	0.55	2.70
				16.12	**13.73**	**30.56**	**312.91**
Launags	**31%**						
909	Jogurts *(Jogurts NPKS(*A-07))*	1	100	3.00	2.16	14.64	91.20
32	Graudu maize ar sieru *(Maize graudu (*A-01; 11), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%, NPKS (*A-07))*	1	8/2/15	4.26	6.43	3.46	90.90
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				7.66	**9.39**	**27.90**	**230.10**
KOPĀ:	**100%**			**30.37**	**29.26**	**88.25**	**744.73**

Pievienotais sāls 0.716 grami | Dārzeni 84.21 grami

Pievienotais cukurs 5.1 grami | Kartupeļi 90 grami | Siers, biezpiens 15 grami

Augļi un ogas 107.3 grami | Gala un zivs 45.83 grami | Piena produkti 281.5 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

VIDĒJI:				**28.29**	**32.08**	**90.29**	**774.29**
KOPĀ:				**141.43**	**160.42**	**451.43**	**3871.44**

Pievienotais sāls 4.836 grami | Dārzeni 700.45 grami

Pievienotais cukurs 25.38 grami | Kartupeļi 211.83 grami | Siers, biezpiens 110 grami

Augļi un ogas 428.6 grami | Gala un zivs 185.83 grami | Piena produkti 1275.5 grami

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.