

Ēdienkarte

1.nedēļa, 3-6g. bērniem B/ Rudens 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.

30.10.2023

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 26%							
606-4	Auzu pārslu biezputra ar sviestu (Auzu pārslas (*A-01), Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	4.65	6.27	16.36	141.44
934-2	Tēja-kumelišu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2002-1	Cepumi (Cepumi(*A-01,03,05,07,08,11))	1	30	2.04	3.81	20.94	126.30
				6.69	10.08	40.29	279.73
Pusdienas 42%							
336-3	Skābeņu zupa ar olu, krējumu (Putraimi miežu(*A-01), Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS, Oļas(*A-03) NPKS)	0.67	150/5/4	2.55	3.32	11.92	89.58
408	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	0.67	80	6.70	6.44	4.30	123.52
713-5	Makaroni, vārīti (Makaroni,radziņi(A*-01) NPKS)	0.67	120	3.11	1.18	32.50	167.39
132-4	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu (Selerija sakne(*A-09),BL)	1	30	0.49	1.03	1.94	17.74
128-1	Gurķu-tomātu salāti ar eļļu	1	30	0.30	1.03	0.93	14.33
957	Ūdens ar citronu	1	150	0.09	0.01	0.30	1.65
38	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.35	13.16	58.29	447.81
Launags 23%							
909-2	Jogurts dzeramais (Jogurts NPKS(*A-07))	0.67	100	2.50	1.80	12.20	76.00
06-1	Kliju maize ar sviestu un 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
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				7.55	10.25	29.09	243.12
Cits 9%							
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				6.00	4.00	9.00	96.00
KOPĀ: 100%				34.59	37.49	136.67	1066.66
Pievienotais sāls 1.02 grami		Dārzeņi 117.8 grami					
Pievienotais cukurs 5.6 grami		Kartupeļi 59.7 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 110.2 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 403.1 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.nedēļa, 3-6g.

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

Ēdienkarte

1.nedēļa, 3-6g. bērniem B/ Rudens 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.

31.10.2023

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 20%							
1015-1	Olu kultenis (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Olas(*A-03) NPKS)	0.67	75	5.78	10.19	1.57	124.06
27-1	Graudu maize ar gurķiem (Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-U7), NPKS)	0.67	15/4/20	1.89	4.74	7.00	79.49
940-2	Tēja piparmētru	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				7.67	14.93	11.56	215.54
Pusdienas 54%							
257-3	Rasoļņiks ar krējumu (Grūbas, Krēj.skābais 25%(*A-07))	0.67	150/4	3.26	4.14	12.16	101.33
410	Cūkgaļas kotlete (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Rīvmaize (*A-01),NPKS)	0.67	60	12.24	17.56	10.63	251.75
704-6	Griķi ,vārīti	0.67	90	4.40	1.31	24.59	130.09
569-2	Piena -dārzenu mērce (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Milti kviešu a/l(*A-U1) NPKS)	0.67	30	0.81	1.58	2.32	26.78
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	0.67	150	0.01	0.00	2.99	12.01
38	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				22.54	26.31	61.74	583.29
Launags 27%							
835-1	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))	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
2106-2	Auglis(banāns)	0.67	100	1.20	0.20	20.00	88.00
				9.36	4.38	52.91	289.78
KOPĀ: 100%				39.57	45.62	126.21	1088.61
Pievienotais sāls 0.8 gramī Dārzeņi 110.7 gramī Siers, biezpiens 0 gramī							
Pievienotais cukurs 6.1 gramī Kartupeļi 44.8 gramī Piena produkti 252.8 gramī							
Augļi un ogas 100 gramī Gala un zivs 52 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 pasūtīj. 1.nedēļa, 3-6g.

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2

Ēdienkarte

1.nedēļa, 3-6g. bērniem B/ Rudens 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.

01.11.2023

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 23%							
613-5	Mannā biezputra ar zemeņu mērci (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Mannā (*A-01) NPKS)	0.67	150/20	5.12	2.07	22.81	130.55
68-1	Kliju maize ar sviestu un tomātu (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-01), NPKS)	0.67	15/4/20	1.53	3.67	7.85	72.40
932-2	Tēja augļu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				6.65	5.74	33.65	214.94
Pusdienas 51%							
302-33	Biešu zupa ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.12	5.11	11.25	105.57
444-2	Vistas gaļas stroganovs (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-01) NPKS)	0.67	80	6.57	10.57	4.76	135.46
718/2	Rīsi,vārīti	0.67	120	3.01	1.73	32.61	160.41
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	Ūdens ar upenēm	1	150	0.10	0.02	0.73	3.50
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.51	20.64	57.80	477.27
Launags 26%							
325	Biezpiena saldā masa ar marmelādi (Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	0.67	80	8.28	5.52	8.23	124.34
05	Kliju maize ar sviestu (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-01), NPKS)	1	15/4	1.31	3.63	7.09	68.12
934-2	Tēja-kumelīšu (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				9.99	9.95	25.12	240.47
KOPĀ: 100%				31.15	36.33	116.57	932.68
Pievienotais sāls 1.14 grami		Dārzeņi 144.5 grami					
Pievienotais cukurs 9.7 grami		Kartupeļi 37.3 grami		Siers, biezpiens 55 grami			
Augļi un ogas 124.9 grami		Gala un zivs 40 grami		Piena produkti 138.6 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. 1.nedēļa, 3-6g. ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSTĪS"

Lapa Nr. 3

Ēdienkarte

1.nedēļa, 3-6g. bērniem B/ Rudens 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.

02.11.2023

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 38%							
609-4	Kukurūzas biezputra ar ievārījumu (Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	0.67	150/15	4.81	2.15	37.32	189.78
051	Kliju maize ar krēmsieru un gurķi (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Krēmsiers)	0.67	15/15/20	2.29	3.77	8.12	77.37
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				13.10	9.92	54.44	363.15
Pusdienas 36%							
358-3	Dārzeņu zupa ar nūdelēm (Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS)	0.67	150	1.25	1.89	8.53	57.16
501	Cepta zivs fileja (Zivis fileja b/a (*A-04), Olas(*A-03) NPKS, Miltu kviešu a/l(*A-01) NPKS)	0.67	60	8.02	7.63	4.28	113.16
710-4	Kartupeļu biezenis (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	120	2.64	1.85	16.31	94.77
169-1	Sv.kāpostu -zaļumu salāti	1	30	0.56	1.64	2.01	22.84
1240-1	Ziedkāpostu-tomātu salāti (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	1	30	0.68	0.91	1.25	14.04
913-1	Karkadē dzēriens	1	150	0.00	0.00	2.00	8.00
38	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				14.26	14.07	40.78	343.57
Launags 26%							
41-4	Rudzu maize ar olu (Maize rudzu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	20/4/50	7.06	10.87	8.94	167.93
199-1	Dārzeņu plate	1	70	0.74	0.08	2.40	13.21
563	Skābā krējuma-zaļumu mērce (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	30	0.85	5.80	0.97	59.49
934-1	Tēja kumelīšu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				8.65	16.75	15.30	252.62
KOPĀ: 100%				36.01	40.74	110.52	959.34
Pievienotais sāls 0.99 grami		Dārzeņi 158.28 grami					
Pievienotais cukurs 6.8 grami		Kartupeļi 130.58 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
Augļi un ogas 0.3 grami		Gala un zivs 55 grami		Piena produkti 348.45 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.nedēļa, 3-6g.

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 4

Ēdienkarte

1.nedēļa, 3-6g. bērniem B/ Rudens 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.

03.11.2023

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 24%							
326-1	Piena zupa ar nūdelēm (Makaroni nūdeles (*A-01)NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150	3.51	2.45	13.89	91.80
32	Graudu maize ar sviestu (Maize graudu (A*-01), NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	15/4	1.73	4.72	6.48	76.67
2120	"Skolas"auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				5.64	7.97	30.17	216.47
Pusdienas 53%							
734	Dārzenu plov	1	200	5.23	8.48	44.38	276.00
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
378	"Abavas sniegs" (Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	0.67	70	1.93	12.03	8.75	151.08
398-1	Dzērveņu sīrupa ķīselis	0.67	150	0.00	0.03	7.46	30.06
				7.79	22.10	62.67	482.01
Launags 22%							
1131-22	Formas maize ar biezpienu/zaļumiem (Maize Veidņu(*A-01), Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	100	7.85	3.13	27.65	180.70
125	Gurķi,svaigi	0.67	70	0.56	0.07	1.82	9.87
934-2	Tēja-kumelīšu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				8.41	3.20	32.46	202.56
KOPĀ: 100%				21.84	33.27	125.30	901.04
Pievienotais sāls 0.68 grami		Dārzeni 222 grami					
Pievienotais cukurs 8.83 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 25 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Gala un zivs 0 grami		Piena produkti 147 grami			
(Slipā rakstā norādīti alergēni)							
VIDĒJI:				32.63	38.69	123.05	989.67
KOPĀ:				163.16	193.45	615.27	4948.33
Pievienotais sāls 4.63 grami		Dārzeni 753.28 grami					
Pievienotais cukurs 37.03 grami		Kartupeļi 272.38 grami		Siers, biezpiens 110 grami			
Augļi un ogas 435.4 grami		Gala un zivs 187 grami		Piena produkti 1289.95 grami			

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Garais pasūtīj. 1.nedēļa, 3-6g.

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 5