

Ēdienkarte**4. nedēļa 3-6g bērniem B//Ziņas 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.

22.01.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 30%							
601-4	4graudu biezputra ar sviestu (4-graudu pārslas (*A-01), Piens 2,5%(*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	6.02	5.88	25.64	169.18
1123-1	Kliju maize ar sviestu,gurķiem (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-01), NPKS)	0.67	15/4/15	1.43	3.64	7.48	70.24
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	0.67	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				13.45	13.52	42.12	335.42
Pusdienas 45%							
329-4	Pupiņu zupa ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	2.94	2.88	16.34	108.59
422-8	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem (Makaroni,radziņi(*A-01) NPKS)	0.67	150	10.55	7.82	38.60	306.99
118-2	Burkānu salāti ar eļļu	0.67	30	0.38	2.53	2.58	35.95
108-11	Biešu salāti ar eļļu	0.67	30	0.43	1.03	2.64	21.56
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
				15.50	14.43	67.35	510.36
Launags 26%							
63	Saldskābmaize ar sieru (Maize saldskābā (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))	0.67	15/4/15	4.26	7.42	7.58	117.02
2002-2	Cepumi (Cepumi(*A-01,03,05,07,08,11))	0.67	30	2.04	3.81	20.94	126.30
934-2	Tēja-kumelīšu (bez cukura)	0.67	150	0.00	0.00	0.00	0.01
2100	Auglis(ābols)	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				6.70	12.03	38.32	291.33
KOPĀ: 100%				35.65	39.98	147.79	1137.11
Pievienotais sāls 0.9 grami Dārzeņi 126.3 grami Pievienotais cukurs 2 grami Kartupeļi 69.6 grami Siers, biezpiens 15 grami Augļi un ogas 111.7 grami Gala un zivs 44.8 grami Piena produkti 305.6 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**4. nedēļa 3-6g bērniem B//Ziņas 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.

23.01.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģeni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 29%							
1015-1	Olu kultenis (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Olas(*A-03) NPKS)	0.67	75	7.08	9.37	1.12	120.89
27	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
934-2	Tēja-kumelīšu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
2106-2	Auglis(banāns)	0.67	100	1.20	0.20	20.00	88.00
				10.17	14.32	31.16	300.76
Pusdienas 48%							
338-3	Skābu kāpostu zupa ar krējumu (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS, Putraimi miezu(*A-01))	0.67	150/4	1.43	1.90	6.63	50.30
410	Cūkgaļas kotlete (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Olas(*A-03) NPKS, Rīvaize (*A-01),NPKS)	0.67	60	10.48	10.70	10.62	209.97
747-3	Pērļu grūbas,vārītas (Pērļu grūbas)	0.67	90	2.30	0.72	22.63	106.21
554-2	Piena mērce (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	0.67	30	0.79	1.09	2.49	22.91
150	Paprika	0.67	30	0.39	0.00	1.59	7.92
139-1	Kīnas kāpostu-tomātu salāti	0.67	30	0.30	1.52	1.24	19.82
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				16.80	16.08	63.57	499.35
Launags 24%							
73	Sviestmaize ar desu (70%) (Maize kviešu (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	20/4/15	2.31	13.30	10.26	171.29
120/4	Burkānu salāti ar sēkliņām/ eļļu	0.67	60	1.22	3.32	7.03	65.56
936-1	Tēja liepziedu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				3.53	16.62	20.28	248.84
KOPĀ: 100%				30.50	47.02	115.01	1048.95
Pievienotais sāls 0.76 grami Dārzeņi 166.8 grami							
Pievienotais cukurs 9.3 grami Kartupeļi 23.6 grami Siers, biezpiens 0 grami							
Augļi un ogas 103 grami Gala un zivs 56 grami Piena produkti 55.8 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.

Garais pasūtīj. 4. nedēļa 3-6g

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2

Ēdienkarte**4. nedēļa 3-6g bērniem B//Ziņas 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.

24.01.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 31%							
625-4	Prosas-ķirbju biezputra ar kanēli (Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS)	0.67	150/4	3.90	4.94	21.18	146.59
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
923	"Skolas" piens (Piens skolas(*A-07))	0.67	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				11.21	12.57	37.27	310.71
Pusdienas 43%							
312-4	Frikadeļu zupa (Olas(*A-03) NPKS, Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/4	7.82	9.52	10.13	159.27
739	Mājas sautējums,krēj (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	150/15	4.01	6.16	18.60	145.15
171	Svaigu-marinētu gurķu salāti ar eļļu	0.67	30	0.21	1.81	0.90	20.68
100-2	Balto redīsu-burkānu salāti ar krēj. (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	30	0.44	1.02	1.26	16.62
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	1	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				13.59	18.66	49.26	423.94
Launags 26%							
819-2	Biezpiena masa ar zemeņu mērci (Biezpiens vājpiena NPKS(*A-07), Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	0.67	90/25	9.56	10.84	9.42	182.82
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
2107	Auglis(bumbieris)	1	100	0.40	0.30	9.50	42.30
				11.25	11.18	26.56	261.15
KOPĀ: 100%				36.05	42.41	113.09	995.80
Pievienotais sāls 1 grami Dārzeņi 243.43 grami Siers, biezpiens 60 grami							
Pievienotais cukurs 10 grami Kartupeļi 119.7 grami Piena produkti 311.3 grami							
Augļi un ogas 120 grami Gala un zivs 34.3 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**4. 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.

25.01.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 24%							
615-1	Mannas biezputra ar āboliem (Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	0.67	150	4.79	1.97	23.32	130.25
39	Kliju maize ar ievārījumu (Maize,kliju (*A-01) NPKS)	0.67	15/15	1.35	0.35	17.26	79.50
940-1	Tēja piparmētru (bez cukura)	1	150	0.00	0.00	0.00	0.01
				6.14	2.32	40.58	209.76
Pusdienas 50%							
430-2	Plovs ar vistas gaļu	0.67	150	8.00	7.81	26.74	206.07
148-1	Marinēti ķirbji	0.67	30	0.27	0.02	2.62	11.98
175-1	Tomāti ,svaigi	0.67	30	0.33	0.06	1.14	6.42
878-1	"Abavas sniegs" (Mannā (*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS, Krējums sald. 35%NPKS(*A-07))	0.67	75	2.05	12.84	9.26	160.83
898-4	Dzērveņu sīrupa ķīselis	0.67	120	0.00	0.02	5.97	24.05
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				11.76	20.90	52.13	442.95
Launags 26%							
84	Tostermaize ar sieru (Maize tosteru (*A-01) NPKS, Sviests 82% (*A-07), NPKS, Siers Krievijas 45%NPKS(*A-07))	0.67	20/4/15	5.06	8.12	10.01	136.12
199-2	Dārzenu plate	0.67	75	0.90	0.07	3.94	20.82
563-2	Skābā krējuma-zaļumu mērce 20 (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	30	0.83	5.68	0.94	58.18
932-2	Tēja augļu	0.67	150	0.00	0.00	2.99	11.99
				6.79	13.87	17.88	227.11
KOPĀ: 100%				24.69	37.09	110.59	879.82
Pievienotais sāls 1.8 grami Dārzeņi 150.2 grami							
Pievienotais cukurs 9.4 grami Kartupeļi 0 grami Siers, biezpiens 15 grami							
Augļi un ogas 31.9 grami Gala un zivs 40 grami Piena produkti 165.6 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**4. 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.

26.01.2024

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 31%							
641	Rīsu biezputra ar ogu mērci (Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	0.67	150/20	4.98	2.13	31.51	165.33
051	Kliju maize ar krēmsieru un gurķi (Maize,kliju (*A-01) NPKS, Krēmsiers)	0.67	15/20/15	2.53	4.90	8.17	88.72
929	Tēja ar citronu un medu (Medus dabīgs LPIA)	0.67	150	0.09	0.00	6.33	24.16
				7.60	7.03	46.01	278.21
Pusdienas 42%							
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, Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS)	0.67	60	8.02	8.63	4.28	122.16
P10(1-2)	Vārīti kus-kus putraimi (Kus-kuss (*A-01))	0.67	120	1.82	0.10	10.99	53.54
554-2	Piena mērce (Milti kviešu a/l(*A-01) NPKS, Piens 2,5%(*A-07) NPKS)	0.67	30	0.79	1.09	2.49	22.91
169-1	Sv.kāpostu -zaļumu salāti	0.67	30	0.56	1.64	2.01	22.84
1211-1	Ābolu,ķirbju salāti ar burkāniem, (Krēj. skābais 25%(*A-07), NPKS)	0.67	30	0.42	1.27	1.95	21.48
903-2	Sīrupa dzēriens	0.67	150	0.00	0.00	11.97	48.62
38-2	Rudzu maize (Maize rudzu (*A-01) NPKS)	0.67	15	1.11	0.15	6.40	33.60
				13.97	14.77	48.62	382.31
Launags 28%							
335-3	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
2100	Auglis(ābols)	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				8.56	4.98	42.71	249.78
KOPĀ: 100%				30.13	26.78	137.34	910.30
Pievienotais sāls 0.8 grami Dārzeni 75 grami							
Pievienotais cukurs 4.83 grami Kartupeļi 26.1 grami Siers, biezpiens 20 grami							
Augļi un ogas 130 grami Gala un zivs 55 grami Piena produkti 313.5 grami							
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							
VIDĒJI:							
				31.4	38.66	124.76	994.4
KOPĀ:				157.02	193.28	623.82	4971.98
Pievienotais sāls 5.26 grami Dārzeni 761.73 grami							
Pievienotais cukurs 35.53 grami Kartupeļi 239 grami Siers, biezpiens 110 grami							
Augļi un ogas 496.6 grami Gala un zivs 230.1 grami Piena produkti 1151.8 grami							

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

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta.

Garais pasūtīj. 4. nedēļa 3-6g

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 5