

**Ēdienkarte**

/Direktora paraksts/

**1 Nedēļa/ 1-4 kl Piena un piena produktu nepanesība (1)****PIRMDIENA**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
<b>Pusdienas 100%</b>							
Z9.1Pār	Dārzeņu zupa ar vistas gaļu	1	200	3.26	4.45	10.50	93.65
4sIBP	BP Sautēta cūkgaļa baltā mērcē <i>(Milti, kviešu, a. lab.(A1))</i>	1	80	8.18	8.68	10.59	153.26
P30	Vārīti griķi	1	100	4.27	0.72	34.85	165.12
B.9	Burkāni ar sēkliņām	1	70	1.11	4.13	5.25	62.65
1.2m	Rudzu maize <i>(Maize rudzu sagriesta (A1))</i>	1	20	1.10	0.26	8.18	45.00
A1	Āboli (auglis)	1	80	0.32	0.16	8.00	38.40
D3	Tēja Karkade	1	200	0.00	0.00	2.94	11.70
				<b>18.24</b>	<b>18.40</b>	<b>80.31</b>	<b>569.78</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>				<b>18.24</b>	<b>18.40</b>	<b>80.31</b>	<b>569.78</b>
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.74 grami		DĀRZEŅI 112.3 grami					
PIEVIENOTAIS CUKURS 4 grami		KARTUPEĻI 50 grami		BIEZPIENS, SIERS 0 grami			
AUGĻI un OGAS 81.56 grami		PIENS, skābie produkti 0 grami		GAĻA, ZIVIS 52.11 grami		Skolas piens 0 grami	
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Ēdienkarte var mainīties neparedzētu iemeslu dēļ.

Ēdienkarti sagatavoja cnc tehnologs@cncgroup.lv

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

**Ēdienkarte**

/Direktora paraksts/

**1 Nedēļa/ 1-4 kl Piena un piena produktu nepanesība (1)****OTRDIENA**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
<b>Pusdienas 100%</b>							
G10.1.1 Pā	Cūkgaļas kotlete	1	80	9.64	12.66	5.99	183.60
P31	Vārīti kartupeļi	1	120	2.44	0.26	23.40	100.10
3.1	Kāpostu- sv.gurķu salāti	1	70	0.71	2.13	2.64	38.71
M8pār	BP mērce <i>(Milti, kviešu, a. lab. (A1))</i>	1	50	0.59	2.51	7.05	52.78
1.2m	Rudzu maize <i>(Maize rudzu sagriesta (A1))</i>	1	20	1.10	0.26	8.18	45.00
Ķis2b.3	Uzpūtenis/ augu dzēriens <i>(Mannā (A1))</i>	1	80/150	2.10	1.79	34.23	159.88
				<b>16.58</b>	<b>19.61</b>	<b>81.49</b>	<b>580.07</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>				<b>16.58</b>	<b>19.61</b>	<b>81.49</b>	<b>580.07</b>
PIEVIENTAIS SĀLS 0.76 grami		DĀRZEŅI 74.67 grami					
PIEVIENTAIS CUKURS 9.5 grami		KARTUPEĻI 162 grami		BIEZPIENS, SIERS 0 grami			
AUGĻI un OGAS 10 grami		PIENS, skābie produkti 0 grami		GAĻA, ZIVIS 60 grami		Skolas piens 0 grami	
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Ēdienkarte var mainīties neparedzētu iemeslu dēļ.

Ēdienkarti sagatavoja cnc tehnologs@cncgroup.lv

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

**Ēdienkarte**

/Direktora paraksts/

**1 Nedēļa/ 1-4 kl Piena un piena produktu nepanesība (1)****TREŠDIENA**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
<b>Pusdienas 100%</b>							
Z34	Biešu zupa	1	200	3.35	2.68	12.38	85.55
G9	Cīsiņi vārīti	1	60/	6.38	13.86	0.93	153.99
P34pār	Vārīti makaroni <i>(Makaroni (daž.veidi) (A1))</i>	1	100	4.80	1.10	28.40	147.70
M5.3	BP tomātu mērce <i>(Milti, kviešu, a. lab.(A1))</i>	1	50	0.39	1.73	3.59	30.50
Sal01e	Redīsu-burkānu salāti e  ju Rudzu maize <i>(Maize rudzu sagriesta (A1))</i>	1	60	0.60	2.56	1.90	35.75
		1	20	1.10	0.26	8.18	45.00
A1	Āboli (auglis)	1	80/	0.32	0.16	8.00	38.40
D46	Tēja Augļu	1	200	0.00	0.00	0.00	0.00
				<b>16.94</b>	<b>22.35</b>	<b>63.38</b>	<b>536.89</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>				<b>16.94</b>	<b>22.35</b>	<b>63.38</b>	<b>536.89</b>
PIEVIENTOTAIS SĀLS 1.13 grami		DĀRZEŅI 134.4 grami					
PIEVIENTOTAIS CUKURS 1 grami		KARTUPEĻI 27.3 grami		BIEZPIENS, SIERS 0 grami			
AUGĻI un OGAS 80 grami		PIENS, skābie produkti 0 grami		GAĻA, ZIVIS 10 grami		Skolas piens 0 grami	
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Ēdienkarte var mainīties neparedzētu iemeslu dēļ.

Ēdienkarti sagatavoja cnc tehnologs@cncgroup.lv

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

**Ēdienkarte**

/Direktora paraksts/

**1 Nedēļa/ 1-4 kl Piena un piena produktu nepanesība (1)****CETURTDIENA**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
<b>Pusdienas 100%</b>							
Z57	Pupiņu zupa ar gaļu	1	200	6.89	5.01	21.04	148.62
Z 3pār3	Cepta zivs fileja <i>(Zivis fileja b/a, saldēta (A4), Milti, kviešu, a. lab.(A1), Olas lielās (A3))</i>	1	60	7.03	7.95	2.53	114.27
P34.3	BP Kartupeļu biezenis	1	120	2.39	1.73	24.56	117.96
S-21	Biešu -marinētu gurķu salāti ar eļļu	1	70	0.68	2.13	6.01	44.80
1.2m	Rudzu maize <i>(Maize rudzu sagriesta (A1))</i>	1	20/	1.10	0.26	8.18	45.00
D15Pār	Dzērveņu dzēriens	1	200	0.00	0.00	10.40	45.76
A1	Āboli (auglis)	1	80/	0.32	0.16	8.00	38.40
				<b>18.41</b>	<b>17.24</b>	<b>80.72</b>	<b>554.81</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>				<b>18.41</b>	<b>17.24</b>	<b>80.72</b>	<b>554.81</b>
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.45 grami	DĀRZEŅI 92 grami						
PIEVIENOTAIS CUKURS 0 grami	KARTUPEĻI 170 grami						
AUGĻI un OGAS 80 grami	PIENS, skābie produkti 0 grami						
	BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
	GAĻA, ZIVIS 70 grami						
	Skolas piens 0 grami						
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Ēdienkarte var mainīties neparedzētu iemeslu dēļ.

Ēdienkarti sagatavoja cnc tehnologs@cncgroup.lv

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

Garais pasūtīj. 1 Nedēļa/ 1-4 kl

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 4

**Ēdienkarte**

/Direktora paraksts/

**1 Nedēļa/ 1-4 kl Piena un piena produktu nepanesība (1)****PIEKTDIENA**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
<b>Pusdienas 100%</b>							
G76 208PII	Plovs ar vistas gaļu	1	200	14.03	14.40	40.56	348.44
5.2eļ	Burkāni un puravi ar eļļu	1	70	0.79	2.55	3.33	42.41
1.2m	Rudzu maize <i>(Maize rudzu sagriesta (A1))</i>	1	20	1.10	0.26	8.18	45.00
SA43	BP Mannā biezputra ar ogu mērci <i>(Mannā (A1))</i>	1	80/80	1.81	0.83	26.88	121.54
D1	Tēja	1	200	0.00	0.00	2.65	10.53
				<b>17.73</b>	<b>18.04</b>	<b>81.60</b>	<b>567.92</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.3 grami DĀRZEŅI 113.2 grami				<b>17.73</b>	<b>18.04</b>	<b>81.60</b>	<b>567.92</b>
PIEVIENOTAIS CUKURS 10.7 grami KARTUPEĻI 0 grami BIEZPIENS, SIERS 0 grami							
AUGĻI un OGAS 25 grami PIENS, skābie produkti 0 grami GAĻA, ZIVIS 58 grami Skolas piens 0 grami							
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
<b>VIDĒJI:</b>				<b>17.58</b>	<b>19.13</b>	<b>77.5</b>	<b>561.89</b>
<b>KOPĀ:</b>				<b>87.90</b>	<b>95.64</b>	<b>387.50</b>	<b>2809.47</b>
PIEVIENOTAIS SĀLS 5.38 grami DĀRZEŅI 526.57 grami							
PIEVIENOTAIS CUKURS 25.2 grami KARTUPEĻI 409.3 grami BIEZPIENS, SIERS 0 grami							
AUGĻI un OGAS 276.56 grami PIENS, skābie produkti 0 grami GAĻA, ZIVIS 250.11 grami Skolas piens 0 grami							