

Ēdienkarte

/Direktora paraksts/

2 Nedēļa/Brokastis, Launags (4)**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>
Brokastis 49%							
42pu	3 gr.pārslu biezp.ar pienu <i>(Piecu graudu pārslas (A1), Piens pakās 2% 11 (A7))</i>	1	250	7,62	3,35	38,18	222,45
1.811	Graudu maīze ar sieru <i>(Graudu maīze (A1;11), Sviests 82% (A7), Siers Krievijas (zk) (A7))</i>	1	20/5/20	7,01	11,92	8,78	174,20
D1	Tēja ar cukuru	1	150/	0,00	0,00	1,47	5,85
				14,63	15,27	48,43	402,50
Launags 51%							
1.81.1	Biezpiens ar dillēm un krējumu <i>(Biezpiens 0,5% vājpiena (A7), Krējums skābs sverams 20% (A7))</i>	1	100	14,74	10,38	3,31	211,05
A4	Gurķis svaigais, sagriezts	1	80	0,64	0,08	2,08	11,28
1.7	Graudu maīze <i>(Maīze Klīju (A1;A11))</i>	1	40	4,44	1,44	16,80	102,40
A1	Āboli (auglis)	1	100	0,40	0,20	10,00	48,00
D43 pār	Sulas dzēriens	1	200	0,27	0,00	11,42	46,60
				20,49	12,10	43,61	419,33
KOPĀ: 100%				35,12	27,37	92,04	821,83
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,5 grami DĀRZEŅI 81,7 grami							
PIEVIENOTAIS CUKURS 10,7 grami KARTUPEĻI 0 grami				BIEZPIENS, SIERS 95 grami			
AUGĻI un OGAS 100 grami PIENS, skābie produkti 155 grami				GAĻA, ZIVIS 0 grami			
				Skolas piens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Ēdienkarte var mainīties neparedzētu iemeslu dēļ.

Ēdienkarti sagatavoja cnc tehnologs@cncgroup.lv

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

Ēdienkarte

/Direktora paraksts/

2 Nedēļa/Brokastis, Launags (4)**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>
Brokastis 51%							
6pu/ban	Auzu pārslu biezputra/ievārījums <i>(Auzu pārslas (A1), Piens pakās 2% 1l (A1))</i>	1	250/10	8,87	5,63	33,83	230,54
1.811	Graudu maīze ar gurķi <i>(Graudu maīze (A1;11), Sviests 82% (A7))</i>	1	20/5/15	2,53	6,13	9,17	104,32
D1	Tēja ar cukuru	1	200	0,00	0,00	1,27	5,07
				11,40	11,76	44,27	339,93
Launags 49%							
Z19 Pār	Piena zupa ar makaroniem <i>(Piens pakās 2% 1l (A7), Makaroni (daž.veidi) (A1))</i>	1	300	9,06	4,84	28,06	194,82
M1o1	Graudu maīze ar olas masu <i>(Graudu maīze (A1;11), Olas lielās (A3), Sviests 82% (A7), Krējums skābs sverams 20% (A7))</i>	1	15/20	3,59	4,66	6,84	89,82
A2	Auglis	1	100	0,90	0,20	9,80	40,00
				13,55	9,70	44,70	324,64
KOPĀ: 100%				24,95	21,46	88,97	664,57
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,9 grami		DĀRZEŅI 15 grami					
PIEVIENOTAIS CUKURS 3,5 grami		KARTUPEĻI 0 grami		BIEZPIENS, SIERS 0 grami			
AUGĻI un OGAS 100 grami		PIENS, skābie produkti 402,7 grami		GAĻA, ZIVIS 0 grami		Skolas piens 0 grami	
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Ēdienkarte var mainīties neparedzētu iemeslu dēļ.

Ēdienkarti sagatavoja cnc tehnologs@cncgroup.lv

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

Ēdienkarte

/Direktora paraksts/

2 Nedēļa/Brokastis, Launags (4)**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>
Brokastis 45%							
c28pār	Olu kultenis/tomāts <i>(Olas lielās (A3), Piens pakās 2% 1l (A7))</i>	1	105/20	10,95	11,36	3,29	159,36
1.7	Graudu maīze/sviests/siers <i>(Maīze Baltmaīze Galda (A1), Sviests 82,5% (A7), Siers Krievijas. (A7))</i>	1	20/5/20	2,43	7,08	10,66	115,26
D1	Tēja ar cukuru	1	200	0,00	0,00	2,65	10,53
				13,38	18,44	16,60	285,15
Launags 55%							
K17	Plānās piēna pankūka <i>(Milti, kviešu, a. lab.(A1), Piēns pakās 2% 1l (A7), Olas lielās (A3))</i>	1	170	10,53	12,91	49,68	335,16
D1	Tēja ar cukuru	1	200	0,00	0,00	2,65	10,53
				10,53	12,91	52,33	345,69
KOPĀ: 100%				23,91	31,35	68,93	630,84
PIEVIENTOTAIS SĀLS 0,7 grami DĀRZEŅI 20 grami							
PIEVIENTOTAIS CUKURS 10,5 grami KARTUPEĻI 0 grami				BIEZPIENS, SIERS 15 grami			
AUGĻI un OGAS 0 grami				PIENS, skābie produkti 117,1 grami GAĻA, ZIVIS 0 grami			
				Skolas piēns 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Ēdienkarte var mainīties neparedzētu iemeslu dēļ.

Ēdienkarti sagatavoja cnc tehnologs@cncgroup.lv

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

Ēdienkarte

/Direktora paraksts/

2 Nedēļa/Brokastis, Launags (4)**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>
Brokastis 51%							
2pu	5 graudu biezputra <i>(Piecu graudu pārslas (A1), Piens pakās 2% 1l (A7))</i>	1	250	8,54	4,41	35,13	221,70
1.3Pār	Graudu maīze ar biezpiena masu <i>(Graudu maīze (A1;11), Biezpiens 9% (A7), Krējums skābs 25% sverams (A7))</i>	1	20/26	6,24	5,17	9,53	111,79
D3	Tēja	1	200	0,00	0,00	1,27	5,07
				14,78	9,58	45,93	338,56
Launags 49%							
G9	Cīsiņi vārīti	1	100	11,00	23,90	1,60	265,50
A6	Sv.dārzenu izlase	1	90	0,87	0,09	3,03	16,35
D1	Tēja ar cukuru	1	200	0,00	0,00	1,27	5,07
A2	Auglis	1	100	0,90	0,20	9,80	40,00
				12,77	24,19	15,70	326,92
KOPĀ: 100%				27,55	33,77	61,63	665,48
PIEVIENTOTAIS SĀLS 0,3 grami		DĀRZEŅI 90,5 grami					
PIEVIENTOTAIS CUKURS 5,1 grami		KARTUPEĻI 0 grami		BIEZPIENS, SIERS 20,6 grami			
AUGĻI un OGAS 100 grami		PIENS, skābie produkti 171,9 grami		GAĻA, ZIVIS 0 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/

2 Nedēļa/Brokastis, Launags (4)**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>
Brokastis 42%							
1.81Pār1	Graudu maize ar vistas gaļu <i>(Graudu maize (A1;11), Sviests 82% (A7))</i>	1	40/20	9,33	11,83	17,61	218,70
1.15PārB	Jogurts bez pied. ar rīvētām ogām <i>(Jogurts BIO bez piedevām T(A7))</i>	1	120/20	5,94	5,42	7,96	109,40
				15,27	17,25	25,57	328,10
Launags 58%							
Z52 Pār	Piena rīsu zupa <i>(Piens pakās 2% 1l (A7))</i>	1	200	4,91	2,80	20,27	125,29
1.511	Graudu karstmaize ar desu, sieru un <i>(Graudu maize (A1;11), Sviests 82% (A7), Siers Krievijas (zk) (A7))</i>	1	80	11,27	18,70	15,25	279,64
A1	Āboli (auglis)	1	100	0,40	0,20	10,00	48,00
				16,58	21,70	45,52	452,93
KOPĀ: 100%				31,85	38,95	71,09	781,03
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,1 grami DĀRZEŅI 24 grami							
PIEVIENOTAIS CUKURS 4,2 grami KARTUPEĻI 0 grami BIEZPIENS, SIERS 20 grami							
AUGĻI un OGAS 120 grami PIENS, skābie produkti 268 grami GAĻA, ZIVIS 22 grami Skolas piens 0 grami							
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				28,68	30,58	76,53	712,75
KOPĀ:				143,38	152,90	382,66	3563,75
PIEVIENOTAIS SĀLS 2,5 grami DĀRZEŅI 231,2 grami							
PIEVIENOTAIS CUKURS 34 grami KARTUPEĻI 0 grami BIEZPIENS, SIERS 150,6 grami							
AUGĻI un OGAS 420 grami PIENS, skābie produkti 1114,7 GAĻA, ZIVIS 22 grami Skolas piens 0 grami							

Ēdienkarte var mainīties neparedzētu iemeslu dēļ.

Ēdienkarti sagatavoja cnc tehnologs@cncgroup.lv

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

Garais pasūtīj. 2

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 5