

**Ēdienkarte****Brokastis 4.nedēļa Rudens sezona****Prmdiena,20.09.2021**

<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>Brokastis 100%</b>							
614	Rīsu biezputra ar sviestu <i>(Piens 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	200/5	6.71	6.94	40.09	249.87
K-34	Maize ar krēmsieru <i>(Maize kliju NPKS (*A 01), Siers Krēmsiers NPKS (*A 07))</i>	1	20/15	2.50	3.92	10.26	86.95
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				<b>9.22</b>	<b>10.86</b>	<b>58.33</b>	<b>368.84</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>							
Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 11 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 125 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

**Otrdiena,21.09.2021**

<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>Launags 100%</b>							
K-1051/2	Biezpiens ar dillēm un krējumu_ <i>(Biezpiens 9% NPKS(*A 07) , Krējums skābs 20%(*A 07))</i>	1	80	10.61	9.41	1.88	134.59
K-10	Sviestmaize ar gurķiem <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07))</i>	1	20/5/20	1.85	4.66	10.58	92.97
K-961	Tēja	1	200	0.01	0.00	5.99	24.03
				<b>12.47</b>	<b>14.07</b>	<b>18.45</b>	<b>251.59</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>							
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 20 grami					
Pievienotais cukurs 6 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 25 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 60 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

**Trešdiena,22.09.2021**

<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>Launags 100%</b>							
K-1014	Kukurūzas pārslas ar jogurtu <i>(Jogurts bezpiedevu NPKS (*A 07) )</i>	1	40/150	8.13	2.94	50.03	259.54
K-2100/1	Auglis banāns	1	100	1.50	0.10	21.00	90.90
				<b>9.63</b>	<b>3.04</b>	<b>71.03</b>	<b>350.44</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>							
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 0 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 150 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. Brokastis 4.nedēļa ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

**Ceturtdiena,23.09.2021**

<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>Brokastis</b>		<b>100%</b>					
603/1	Auzu pārslu biežputra ar ievārījumu / <i>(Auzu pārslas sver.NPKS(*A 01), Piens 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	200/15	6.98	5.94	32.81	213.36
K-21	Sviestmaize ar siera un burkānu masu <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01), Siers Krievijas 45%NPKS (*A 07), Majonēze 76% (*A03;10))</i>	1	20/20	4.44	5.68	10.60	113.38
K-931	Kafijas dzēriens ar pienu <i>(Miežu kafijas dzēriens (A* 01), Piens 2.0% (*AU/))</i>	1	200	3.19	2.03	15.75	94.24
				<b>14.61</b>	<b>13.65</b>	<b>59.16</b>	<b>420.98</b>
<b>KOPĀ:</b>		<b>100%</b>		<b>14.61</b>	<b>13.65</b>	<b>59.16</b>	<b>420.98</b>
Pievienotais sāls 0.15 grami		Dārzeņi 7 grami					
Pievienotais cukurs 13 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 222 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 10 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

**Piektdiena,24.09.2021**

<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>Brokastis</b>		<b>100%</b>					
K-322	Piena-makaronu zupa <i>(Makaroni nūdeles NPKS (*A 01), Piens 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	250	7.12	5.74	27.49	190.35
K-18	Karstmaize ar sieru <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01), Siers Krievijas 45%NPKS (*A 07), Majonēze 76% (*A03;10))</i>	1	45	7.44	10.18	12.67	174.35
				<b>14.56</b>	<b>15.92</b>	<b>40.16</b>	<b>364.70</b>
<b>KOPĀ:</b>		<b>100%</b>		<b>14.56</b>	<b>15.92</b>	<b>40.16</b>	<b>364.70</b>
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 3 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 153 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							
<b>VIDĒJI:</b>				<b>12.1</b>	<b>11.51</b>	<b>49.43</b>	<b>351.31</b>
<b>KOPĀ:</b>				<b>60.49</b>	<b>57.54</b>	<b>247.13</b>	<b>1756.55</b>
Pievienotais sāls 1.05 grami		Dārzeņi 27 grami					
Pievienotais cukurs 33 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 675 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 105 grami			

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. Brokastis 4.nedēļa

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2