

Ēdienkarte**Brokastis 4.nedēļa****Pirmdiena,10.01.2022**

<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 100%							
K-321	Piena-rīsu zupa <i>(Piens 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	250	6.22	6.68	25.82	188.61
K-4/1	Sviestmaize ar desu . <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Desa vārītā (atbilst.MK Nr.172) (*A 07))</i>	1	20/5/30	5.59	7.94	10.78	137.85
				11.81	14.62	36.60	326.46
KOPĀ: 100%				11.81	14.62	36.60	326.46
Pievienotais sāls 0.6 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 4 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 169 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Otrdiena,11.01.2022

<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 100%							
621	Kukurūzas biezputra ar ievārījumu <i>(Piens 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	200/20	7.04	5.40	49.47	276.65
K-8	Graudu maize ar krēmsieru <i>(Maize graudu NPKS (*A 01;11) , Siers Krēmsiers NPKS (*A 07))</i>	1	20/20	2.96	5.78	9.12	100.60
K-930/1	Kakao ar pienu/ <i>(Piens 2.0% (*A07))</i>	1	150	2.28	1.55	9.37	60.67
				12.28	12.73	67.96	437.92
KOPĀ: 100%				12.28	12.73	67.96	437.92
Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 9 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 183 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Trešdiena,12.01.2022

<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 100%							
K-1030	Omlete <i>(Olas, NPKS (*A 03) , Piens 2.0% (*A07))</i>	1	100	8.82	8.70	2.30	122.86
K-30/1	Rudzu maize ar ķiploku sviestu/ <i>(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	25/5	1.52	4.33	12.30	94.24
K-929	Tēja augļu	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				10.35	13.03	22.58	249.12
KOPĀ: 100%				10.35	13.03	22.58	249.12
Pievienotais sāls 0.2 grami		Dārzeņi 0.2 grami					
Pievienotais cukurs 8 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 45 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</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,13.01.2022

<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 100%							
610	Miežu biezputra ar sviestu <i>(Putraimi miežu NPKS (*A 01) , Piens 2.0% (*AU/), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	200/5	8.16	7.56	27.42	210.53
K-23	Sviestmaize ar kūpinātu šķiņķi <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Gaļa kūpināta gaļa (*A 06))</i>	1	20/5/30	6.83	8.44	10.26	145.65
K-931	Kafijas dzēriens ar pienu <i>(Miežu kafijas dzēriens (A* 01), Piens 2.0% (*AU/))</i>	1	200	3.19	2.03	10.76	74.28
				18.18	18.03	48.44	430.46
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.2 grami		Dārzeņi 0 grami				18.18	18.03
Pievienotais cukurs 5 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 230 grami		48.44	430.46
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Piektdiena,14.01.2022

<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 100%							
K-322	Piena zupa ar nūdelēm <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
				14.56	15.92	40.16	364.70
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeņi 0 grami				14.56	15.92
Pievienotais cukurs 3 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 153 grami		40.16	364.70
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							
VIDĒJI:				13.44	14.87	43.15	361.73
KOPĀ:				67.18	74.33	215.74	1808.66
Pievienotais sāls 1.9 grami		Dārzeņi 0.2 grami					
Pievienotais cukurs 29 grami		Gaļa, zivs 60 grami		Piena produkti 780 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 40 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