

Ēdienkarte**Brokastis 3 nedēļa Rudens sezona****Pirmdiena, 13.09.2021**

<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>
Brokastis 100%							
614/1	Rīsu biezputra ar sviestu/ <i>(Piens 2.5% NPKS(*A 07) , Sviests 82% (*A U/I))</i>	1	250/10	8.13	12.50	51.43	350.74
K-24	Graudu maize ar gurķiem <i>(Maize graudu NPKS (*A 01;11) , Sviests 82% (*A 07))</i>	1	20/5/20	2.03	5.36	8.96	92.37
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				10.17	17.86	68.37	475.13
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.2 grami		Dārzeņi 20 grami					
Pievienotais cukurs 13 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 165 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Otrdiena, 14.09.2021

<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>
Brokastis 100%							
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-20	Karstmaize ar āboliem <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Olas, NPKS (*A 03) , Krējums skābs 20%(*A 07))</i>	1	45	2.47	1.64	15.21	87.18
				10.60	4.58	65.24	346.72
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 1 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 153 grami			
Augļi un ogas 16 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Trešdiena, 15.09.2021

<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>
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-4/1	Sviestmaize ar šķiņķi <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
K-930	Kakao ar pienu <i>(Piens 2.5% NPKS(*A 07))</i>	1	200	3.79	3.20	17.83	115.24
				18.20	19.84	30.91	375.95
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.2 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 12 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 145 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 3 nedēļa ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

Ceturtdiena, 16.09.2021

<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>
Brokastis		100%					
606/2	Mannā biežputra ar sviestu <i>(Mannā putraimi NPKS (*A 01) , Piens 2.5% NPKS(*A 07) , Sviests 82% (*A 07))</i>	1	300/20	8.24	20.53	37.97	369.59
K-48	Karstmaize ar sieru un burkāniem <i>(Maize graudu NPKS (*A 01;11) , Siers Holandes 45% (*A 07) , Majonēze 76% (*A03;10))</i>	1	45	4.96	7.98	11.32	137.99
K-935	Tēja liepziedu	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				13.21	28.51	57.27	539.60
KOPĀ:		100%		13.21	28.51	57.27	539.60
Pievienotais sāls 0.5 grami		Dārzeņi 10 grami					
Pievienotais cukurs 13 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 170 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 10 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Piektdiena, 17.09.2021

<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>
Brokastis		100%					
K-1002	Zemnieku brokastis <i>(Olas, NPKS (*A 03) , Piens 2.5% NPKS(*A 07) , Desa vārītā (atbilst.MK Nr.172) (*A 07))</i>	1	200	15.69	18.23	17.60	299.07
K-10	Sviestmaize ar tomātiem <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07))</i>	1	20/5/20	1.90	3.04	10.80	79.57
K-932	Tēja kumelīšu	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				17.60	21.27	36.38	410.66
KOPĀ:		100%		17.60	21.27	36.38	410.66
Pievienotais sāls 0.4 grami		Dārzeņi 40 grami					
Pievienotais cukurs 8 grami		Gaļa, zivs 20 grami		Piena produkti 33 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 90 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							
VIDĒJI:				13.96	18.41	51.63	429.61
KOPĀ:				69.78	92.06	258.17	2148.06
Pievienotais sāls 1.3 grami		Dārzeņi 70 grami					
Pievienotais cukurs 47 grami		Gaļa, zivs 50 grami		Piena produkti 666 grami			
Augļi un ogas 16 grami		Kartupeļi 90 grami		Siers, biezpiens 10 grami			

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. Brokastis 3 nedēļa

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2