

**Ēdienkarte****B.Launags 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>
<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-2108	Auglis melone	1	100	0.60	0.00	9.10	38.80
				<b>8.73</b>	<b>2.94</b>	<b>59.13</b>	<b>298.34</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>							

**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>
<b>Launags 100%</b>							
K-707	Makaroni ar sviestu un sieru <i>(Makaroni radziņi NPKS (*A 01) , Sviests 82% (*A 07) , Siers Krievijas 45%NPKS (*A 07) )</i>	1	150/30	14.20	10.85	41.84	321.94
K-114/1	Tomāti, svaigi/	1	30	0.33	0.06	1.14	6.43
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				<b>14.54</b>	<b>10.91</b>	<b>50.96</b>	<b>360.39</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>							
Pievienotais sāls 0.3 grami		Dārzeni 30.07 grami					
Pievienotais cukurs 8 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 2 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 30 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</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>
<b>Launags 100%</b>							
B1(1-4kl)	Biezpiena masa ar zemeņu vai sezonas <i>(Biezpiens vājpiena NPKS (*A 07) , Krējums saldo 35%NPKS (*A 07) )</i>	1	80/20	8.58	7.30	15.72	163.31
2001/1	Cepumi/ <i>(Cepumi (*A 01;03;07))</i>	1	20	1.36	2.54	13.96	84.20
K-933	Tēja	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				<b>9.95</b>	<b>9.84</b>	<b>37.66</b>	<b>279.53</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>							
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 21 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 20 grami			
Augļi un ogas 20 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 44 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. B.Launags 3

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>
<b>Launags 100%</b>							
K-4/1	Sviestmaize ar desu/gurķis . <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Desa vārītā (atblst.MK Nr.172) (*A 07))</i>	1	20/5/30/20	5.75	7.96	11.31	140.72
K-936	Tēja kumelīšu ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
K-2107	Auglis arbūzs	1	150	1.05	0.30	13.20	59.70
				<b>6.81</b>	<b>8.26</b>	<b>32.49</b>	<b>232.44</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>				<b>6.81</b>	<b>8.26</b>	<b>32.49</b>	<b>232.44</b>
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 20.37 grami					
Pievienotais cukurs 8 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 5 grami			
Augļi un ogas 150 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 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>
<b>Launags 100%</b>							
K-25	Cepta baltmaize olā <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Olas, NPKS (*A 03) , Piens 2.0% (*A07))</i>	1	50	3.80	6.13	15.30	133.29
K-934	Piens <i>(Piens 2.0% (*A07))</i>	1	200	6.00	4.00	9.40	98.00
K-2105	Auglis bumbieris/	1	100	0.40	0.30	9.50	42.30
				<b>10.20</b>	<b>10.43</b>	<b>34.20</b>	<b>273.59</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>				<b>10.20</b>	<b>10.43</b>	<b>34.20</b>	<b>273.59</b>
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 2 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 215 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							
<b>VIDĒJI:</b>				<b>10.05</b>	<b>8.48</b>	<b>42.89</b>	<b>288.86</b>
<b>KOPĀ:</b>				<b>50.23</b>	<b>42.38</b>	<b>214.44</b>	<b>1444.29</b>
Pievienotais sāls 0.3 grami		Dārzeni 50.44 grami					
Pievienotais cukurs 39 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 392 grami			
Augļi un ogas 370 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 74 grami			

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. B.Launags 3

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2