

Pirmdiena, 14.10.2019

Ēdienr. Ēdiena nosaukums
(Alerģēni)

P.sk. Gat.sv.

Olbaltumi Tauki

Ogļhidrāti Kcal

Pusdienas		100%				
K-307	Skābeņu zupa ar olu/krējums	250/10/10	5.37	8.30	14.01	154.06
(Selerija sakne (*A 09), Putraimi miežu (*A 01), Garšviela bez sāls (*A 09), Olas (*A 03), Krējums skābs 20% (*A 07))						
K-408/1	Cūkgaļas plovš	250	13.48	18.93	62.61	479.40
K-144	Marinēts gurķis	50	0.25	0.00	1.50	7.00
K-903	Ābolu-ķiršu sulas dzēriens	200	0.10	0.00	21.08	85.72
K-1	Rudzu maize	35	2.07	0.32	17.15	79.80
(Maize rudzu sagr. (*A 01))						
			21.27	27.55	116.35	805.98
KOPĀ:			21.27	27.55	116.35	805.98
Pievienotais sāls 1.6 grami		Dārzeņi 130 grami				
Pievienotais cukurs 10 grami		Gaļa, zivs 57 grami	Piena produkti 10 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 60 grami	Siers, biezpiens 0 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)						

Otrdiena, 15.10.2019

Ēdienr. Ēdiena nosaukums
(Alerģēni)

P.sk. Gat.sv.

Olbaltumi Tauki

Ogļhidrāti Kcal

Pusdienas		100%				
K-440	Cūkgaļas šnicele	70	12.56	19.57	12.25	277.02
	(Maize-baltmaize(*A01), Olas (*A 03), Garšviela bez sāls (*A 09), Rīvmaize (*A 01))					
K-701	Kartupeļi, vārīti	200	4.10	0.20	30.34	143.91
K-552	Piena mērce	50	1.26	2.29	4.18	42.38
	(Piens 2.5% (*A 07), Milti kviešu a/l (*A 01), Garšviela bez sāls (*A 09))					
K-111/1	Svaigu kāpostu-burkānu salāti_	80	1.55	4.09	6.89	67.12
K-829/1	Mannā biezputra ar ogu ķīseli/	150/150	4.33	2.44	37.75	190.41
	(Mannā putraini (*A 01), Piens 2.5% (*A 07))					
K-40	Graudu maize	20	4.60	3.10	21.00	131.00
	(Maize graudu (*A 01;11))					
			28.40	31.69	112.41	851.84
KOPĀ:			28.40	31.69	112.41	851.84
Pievienotais sāls 0.91 grami		Dārzeņi 97 grami				
Pievienotais cukurs 19 grami		Gaļa, zivs 55 grami	Piena produkti 120 grami			
Augļi un ogas 22.5 grami		Kartupeļi 205 grami	Siers, biezpiens 0 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)						

Trešdiena, 16.10.2019

Ēdienr. Ēdiena nosaukums
(Alerģēni)

P.sk. Gat.sv.

Olbaltumi Tauki

Ogļhidrāti Kcal

Pusdienas		100%				
K-303	Vistas gaļas zupa/krējums (Krējums skābs 20% (*A 07), Garšviela bez sāls (*A 09))	250/10	5.19	8.39	16.95	167.52
K-403	Cūkgaļas un dārzeņu sautējums/krējums (Garšviela bez sāls (*A 09), Krējums skābs 20% (*A 07))	250/30	15.43	20.72	33.51	379.93

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta LAD programma "Piens un augļi skolai" 3 x nedēļā

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu iemeslu dēļ.

Gerais pasūtīj. 7-12kl.3.nedēļa

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

SIA "ANIVA"
Reģ. Nr.: LV50003115531
Jur. adr.: Zelītrū iela 16-2, Mārupe
A/S Citadele banka, kods: PARXLV27
Konts: LV20PARX0001301100015

Lapa Nr. 1

K-114	Tomāti, svaigi	50	0.55	0.10	1.90	10.70
K-941	Upeņu kompots	200	0.20	0.04	19.42	78.86
K-1/1	Rudzu maize / (Maize rudzu sagr. (*A 01))	40	2.95	0.45	24.50	114.00
			24.32	29.70	96.28	751.01
KOPĀ: 100%			24.32	29.70	96.28	751.01
Pievienotais sāls 1.6 grami		Dārzeni 224.5 grami				
Pievienotais cukurs 18 grami		Gaļa, zivs 65 grami		Piena produkti 40 grami		
Augļi un ogas 20 grami		Kartupeļi 251 grami		Siers, biezpiens 0 grami		
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)						

Ceturtdiena, 17.10.2019

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kcal
Pusdienas 100%							
K-507	Rīvmaizē panēta zivs fileja (Zivs Heka fileja sald. (*A 04), Olas (*A 03), Rīvmaize (*A 01))	70		17.24	10.32	7.09	185.91
K-702/2	Rīsi, vārīti	170		5.76	3.06	62.48	304.98
K-554	Tomātu-krējuma mērce (Krējums salds 35% (*A 07), Milti kviešu a/l (*A 01))	50		0.61	5.53	2.50	61.92
K-109/1	Ķīnas kāpostu-gurķu salāti	70		0.59	3.53	3.34	47.36
K-824	Žāvētu un svaigu augļu ķīselis ar pienu (Piens 2.0% (*A07))	120/150		4.91	3.23	38.21	200.21
K-1	Rudzu maize (Maize rudzu sagr. (*A 01))	30		1.77	0.27	14.70	68.40
				30.88	25.94	128.32	868.78
KOPĀ: 100%				30.88	25.94	128.32	868.78
Pievienotais sāls 0.9 grami		Dārzeni 65 grami					
Pievienotais cukurs 15.5 grami		Gaļa, zivs 70 grami		Piena produkti 160 grami			
Augļi un ogas 32 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

Piektdiena, 18.10.2019

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kcal
Pusdienas 100%							
K-327	Kartupeļu-ziedkāpostu zupa/krējums (Krējums skābs 20% (*A 07))	250/10		3.70	6.00	12.77	119.68
K-435	Kurzemes stroganovs (Garšviela bez sāls (*A 09), Milti kviešu a/l (*A 01), Krējums skābs 20% (*A 07))	100		8.33	18.44	4.69	218.51
K-703/1	Griķi, vārīti	150		8.57	2.24	42.23	223.38
K-120/1	Biešu salāti ar eļļu/	100		1.43	5.09	9.57	89.83
K-914	Jāņogu kompots	200		0.12	0.04	19.42	78.54
K-2	Saldskābmaize (Maize saldskābā (*A 01))	30		1.65	0.33	16.56	75.60
				23.80	32.14	105.24	805.54
KOPĀ: 100%				23.80	32.14	105.24	805.54
Pievienotais sāls 1.7 grami		Dārzeni 169.3 grami					
Pievienotais cukurs 19 grami		Gaļa, zivs 57 grami		Piena produkti 20 grami			
Augļi un ogas 20 grami		Kartupeļi 63 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta LAD programma "Piens un augļi skolai" 3 x nedēļā
Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu iemeslu dēļ.

Garais pasūtīj. 7-12kl.3.nedēļa

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

SIA "ANIVA"
Reģ. Nr.: LV30003115551
Jur. adr.: Zeltīņu iela 16-2, Mārupe
A/S Citadele banka, kods: PARXX
Fakss: LV20PARX000130110001
Lapa Nr. 2