

PIRMDIENA

<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>
Launags 100%							
K-17	Saldskābmaize ar sviestu un sieru <i>(Maize saldskābā NPKS(*A 01) , Sviests 82.5% NPKS (*A 07) , Siers 45%NPKS (*A 07))</i>	1	30/5/30	9.39	12.96	14.23	211.05
K-936	Tēja kumelīšu ar cukuru	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
2001/1	Cepumi/ <i>(Cepumi (*A 01;03;07))</i>	1	30	2.04	3.81	20.94	126.30
K-2113	Auglis mandarīns	1	80	0.64	0.24	6.48	30.64
				12.08	17.01	46.64	388.03
KOPĀ: 100%				12.08	17.01	46.64	388.03
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 5 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 5 grami			
Augļi un ogas 80 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 30 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

OTRDIENA

<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>
Launags 100%							
K-321	Piena-rīsu zupa <i>(Piens 2.5% NPKS(*A 07) , Sviests 82% (*A 01))</i>	1	250	5.93	7.48	25.87	194.53
K-14	Maize ar ievārījumu <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01))</i>	1	20/20	1.76	0.60	22.20	103.22
K-1043/1	Grauzāmburkāni_	1	100	1.30	0.10	7.20	39.70
				8.99	8.18	55.27	337.45
KOPĀ: 100%				8.99	8.18	55.27	337.45
Pievienotais sāls 0.6 grami		Dārzeņi 100 grami					
Pievienotais cukurs 4 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 164 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

TREŠDIENA

<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>
Launags 100%							
K-828	Biezpiena saldā masa ar zemeņu mērci <i>(Biezpiens vājpiena NPKS (*A 07) , Krējums saldo 35%NPKS (*A 07))</i>	1	100/30	9.95	10.85	18.45	211.67
K-37	Rīsu galetes/sausmaizītes	1	20	1.58	0.08	16.34	76.60
K-905	Karkadē dzēriens	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
				11.54	10.93	39.78	308.31

KOPĀ:	100%			11.54	10.93	39.78	308.31
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 20 grami		Gaļa, zivs 0 grami				Piena produkti 30 grami	
Augļi un ogas 25 grami		Kartupeļi 0 grami				Siers, biezpiens 50 grami	
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

CETURTDIENA

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
<i>(Alerģēni)</i>							
Launags	100%						
K-1017	Kefīra pankūkas ar ievārījumu, krējumu <i>(Kefīrs 2%NPKS (*A 07) , Milti kviešu a/l NPKS(*A 01) , Olas, NPKS (*A 03) , Krējums skābs 20%(*A 07))</i>	1	130/30	12.34	14.50	66.12	444.93
K-934	Piens <i>(Piens 2.0% (*A07), NPKS)</i>	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				18.34	18.50	75.12	540.93
KOPĀ:	100%			18.34	18.50	75.12	540.93
Pievienotais sāls 0.2 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 5 grami		Gaļa, zivs 0 grami				Piena produkti 285 grami	
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami				Siers, biezpiens 0 grami	
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

PIEKTDIENA

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
<i>(Alerģēni)</i>							
Launags	100%						
K-8	Kliju maize ar krēmsieru/gurķi <i>(Maize graudu NPKS (*A 01;11) , Siers Krēmsiers NPKS (*A 07))</i>	1	20/20/15	2.96	5.78	9.12	100.60
K-930	Kakao ar pienu <i>(Piens 2.0% (*A07), NPKS)</i>	1	200	3.97	2.70	10.61	82.60
K-2100/1	Auglis banāns	1	100	1.50	0.10	21.00	90.90
				8.43	8.58	40.73	274.10
KOPĀ:	100%			8.43	8.58	40.73	274.10
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 5 grami		Gaļa, zivs 0 grami				Piena produkti 100 grami	
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami				Siers, biezpiens 20 grami	
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				11.88	12.64	51.51	369.76
KOPĀ:				59.38	63.20	257.54	1848.82
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeni 100 grami					
Pievienotais cukurs 39 grami		Gaļa, zivs 0 grami				Piena produkti 584 grami	
Augļi un ogas 205 grami		Kartupeļi 0 grami				Siers, biezpiens 100 grami	