

PIRMDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kcal
Brokastis 100%							
618	Prosas biezputra ar sviestu (Piens 2.0% (*A07), NPKS, Sviests 82% (*A 01))	1	200/5	8.78	6.37	49.85	292.44
K-14	Maize ar ievārījumu (Maize-baltmaize NPKS(*A01))	1	20/20	1.76	0.60	22.20	103.22
K-934	Piens (Piens 2.0% (*A07), NPKS)	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
				16.54	10.97	81.05	491.66
KOPĀ: 100%				16.54	10.97	81.05	491.66
Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 3 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 323 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

OTRDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kcal
Brokastis 100%							
K-1030	Omlete (Olas, NPKS (*A 03) , Piens 2.0% (*A07), NPKS)	1	100	8.82	8.70	2.22	122.46
K-142	Zirnīši ar krējumu (Majonēze 76% (*A03;10), Krējums skābs 20%(*A 07))	1	40	1.45	4.80	4.49	68.93
K-36	Graudu maize ar sviestu (Maize graudu NPKS (*A 01;11) , Sviests 82% (*A 07))	1	20/5	1.87	5.34	8.44	89.55
K-935	Tēja liepziedu	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				12.15	18.84	23.13	312.96
KOPĀ: 100%				12.15	18.84	23.13	312.96
Pievienotais sāls 0.25 grami		Dārzeņi 30 grami					
Pievienotais cukurs 8 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 50 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

TREŠDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 100%							
605	Mannā biezputra ar ievārījumu (Sviests 82% (*A 07), Mannā putraini NPKS (*A 01) , Piens 2.0% (*A07), NPKS)	1	200/20	6.29	4.35	37.52	214.91
K-8	Graudu maize ar krēmsieru (Maize graudu NPKS (*A 01;11) , Siers Krēmsiers NPKS (*A 07))	1	20/20	2.96	5.78	9.12	100.60
K-929	Tēja augļu	1	200	0.01	0.00	9.98	40.00
				9.26	10.13	56.62	355.51

KOPĀ:	100%		9.26	10.13	56.62	355.51
Pievienotais sāls 0.1 grami	Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 13 grami	Gaļa, zivs 0 grami	Piena produkti 122 grami				
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 0 grami	Siers, biezpiens 20 grami				
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)						

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>(Alergēni)</i>						
Brokastis	100%						
K-4/1	Sviestmaize ar desu . (Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Desa vārītā (atbilst. MK Nr.172) (*A 07))	1	20/5/30	5.59	7.94	10.78	137.85
K-124/1	Svaigi gurķi, šķēlēs	1	30	0.24	0.03	0.78	4.23
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	9.98	40.00
K-2100/1	Auglis banāns	1	100	1.50	0.10	21.00	90.90
				7.34	8.07	42.54	272.98
KOPĀ:	100%			7.34	8.07	42.54	272.98
Pievienotais sāls 0 grami	Dārzeni 30 grami						
Pievienotais cukurs 10 grami	Gaļa, zivs 30 grami	Piena produkti 5 grami					
Augļi un ogas 100 grami	Kartupeļi 0 grami	Siers, biezpiens 0 grami					
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

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>(Alergēni)</i>						
Brokastis	100%						
628	Kukurūzas biezputra ar sviestu (Piens 2.0% (*A07), NPKS, Sviests 82% (*A 07))	1	200/5	6.95	6.98	37.07	240.09
K-10	Sviestmaize ar tomātiem (Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07))	1	20/5/20	1.91	4.68	10.82	94.43
K-930	Kakao ar pienu (Piens 2.0% (*A07), NPKS)	1	200	3.97	2.70	17.60	110.54
				12.83	14.36	65.49	445.06
KOPĀ:	100%			12.83	14.36	65.49	445.06
Pievienotais sāls 0.3 grami	Dārzeni 20 grami						
Pievienotais cukurs 15 grami	Gaļa, zivs 0 grami	Piena produkti 230 grami					
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 0 grami	Siers, biezpiens 0 grami					
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							
VIDĒJI:				11.62	12.47	53.77	375.63
KOPĀ:				58.12	62.37	268.83	1878.17
Pievienotais sāls 0.75 grami	Dārzeni 80 grami						
Pievienotais cukurs 49 grami	Gaļa, zivs 30 grami	Piena produkti 730 grami					
Augļi un ogas 100 grami	Kartupeļi 0 grami	Siers, biezpiens 20 grami					