

Ēdienkarte**Brokastis 4.nedēļa Rudens
sezona(19.11-21.11.2025)**

Saldus vidusskolas direktore

APSTIPRINU:

/I.Mankus/

14.11.2025.

19.11.2025

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 100%							
606	Mannā biezputra ar sviestu (Mannā putraini (*A 01) , Piens 2.0% (*A07), NPKS, Sviests 82% (*A 07))	1	200/5	6.21	6.75	26.36	190.97
K-7/1	Kliju sviestmaize ar sieru (Maize kliju NPKS (*A 01), Sviests 82% (*A 07), Siers 45%NPKS (*A 07))	1	20/5/20	6.99	10.32	9.76	160.55
K-929	Tēja augļu	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
				13.21	17.07	41.11	371.56
KOPĀ: 100%				13.21	17.07	41.11	371.56
Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 9 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 130 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							

20.11.2025

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 100%							
621	Kukurūzas biezputra ar ievārījumu (Piens 2.0% (*A07), NPKS, Sviests 82% (*A 07))	1	200/20	7.04	5.40	49.23	275.45
K-70	Graudu maize ar biezpienu (Maize graudu NPKS (*A 01;11) , Biezpiens vājpiena NPKS (*A 07) , Krējums skābs 20%(*A 07))	1	15/30	6.03	2.06	6.93	70.77
K-929	Tēja augļu	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
				13.08	7.46	61.15	366.26
KOPĀ: 100%				13.08	7.46	61.15	366.26
Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 8 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 128 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 25 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)							

21.11.2025

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis 100%							
603/1	Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu / (Auzu pārslas sver. (*A 01), Piens 2.0% (*A07), NPKS, Sviests 82% (*A 07))	1	200/15	6.38	5.54	31.67	202.56
K-26/1	Graudu maize ar olu / (Maize graudu NPKS (*A 01;11) , Sviests 82% (*A 07), Olas, NPKS (*A 03))	1	20/5/20	4.41	7.64	8.58	120.97
K-930	Kakao ar pienu (Piens 2.0% (*A07), NPKS)	1	200	3.97	2.70	10.61	82.60
				14.76	15.88	50.86	406.13

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu**piegādē un pieejamību tirgū!**

Garais pasūtīj. Brokastis 4.nedēļa ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1