

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

Saldus vidusskolas direktore

APSTIPRINU:

/I.Mankus/

14.11.2025.

19.11.2025

<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-1003	Olu kultenis <i>(Olas, NPKS (*A 03) , Piens 2.0% (*A07), NPKS, Sviests 82% (*A 07))</i>	1	120	10.78	12.06	1.48	157.57
K16	Rupjmaize ar sviestu / <i>(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	30/10	1.82	8.47	14.78	142.70
K-935	Tēja liepziedu	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
K-2105	Auglis bumbieris/	1	100	0.40	0.30	9.50	42.30
				13.01	20.83	30.75	362.61
KOPĀ: 100%				13.01	20.83	30.75	362.61
Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 5 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 33 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

20.11.2025

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <u>(Alerģēni)</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags		100%					
K-1017	Kefīra pankūkas ar ievārījumu, krējumu <i>(Kefīrs 2%NPKS (*A 07) , Milti kviešu a/l (*A 01) , Olas, NPKS (*A 03) , Krējums skābs 20%(*A 07))</i>	1	130/30	12.34	14.50	66.12	444.93
K-935	Tēja liepziedu	1	200	0.07	0.00	6.64	25.20
K-2108	Auglis melone	1	100	0.60	0.00	9.10	38.80
				13.01	14.50	81.86	508.93
KOPĀ:		100%		13.01	14.50	81.86	508.93
Pievienotais sāls 0.2 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 5 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 85 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

21.11.2025

<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-7/1	Sviestmaize ar sieru <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Siers 45%NPKS (*A 07))</i>	1	20/5/20	6.99	10.34	10.06	162.75
				12.92	17.82	35.93	357.28
KOPĀ: 100%				12.92	17.82	35.93	357.28
Pievienotais sāls 0.6 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 4 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 169 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

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

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

Lapa Nr. 1