

**Ēdienkarte****B.Launags 4nedēļa****Otrdiena, 20.11.2018**

<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>
<b>Launags 100%</b>							
K-1014	Kukurūzas pārslas ar jogurtu <i>(Jogurts (*A 07))</i>	1	40/150	8.13	2.94	50.03	259.54
K-5/1	Sviestmaize ar olu pastu <i>(Maize-baltmaize(*A01), Sviests 82% (*A 07), Oļas (*A 03))</i>	1	20/5/20	4.23	6.94	10.20	121.57
K-933	Tēja	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				<b>12.37</b>	<b>9.88</b>	<b>68.21</b>	<b>413.13</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>				<b>12.37</b>	<b>9.88</b>	<b>68.21</b>	<b>413.13</b>
Pievienotais sāls 0 grami	Dārzeņi 0 grami						
Pievienotais cukurs 8 grami	Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 150 grami				
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami				
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Pārtikas tehnologs \_\_\_\_\_

Papildus LAD programma "Piens un augļi skolai"

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu iemeslu dēļ.

Garais pasūtītj. B.Launags

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1



**Ēdienkarte****B.Launags 4nedēļa****Ceturtdiena, 22.11.2018**

<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>
<b>Launags 100%</b>							
K-150	Vistas gaļas salāti <i>(Olas (*A 03), Krējums skābs 20% (*A 07), Majonēze 76% (*A03;10), Sinepes krievu (*A 10))</i>	1	150	9.86	25.68	9.59	319.86
K-2/	Saldskābmaize* <i>(Maize saldskābā (*A 01))</i>	1	20	0.94	0.19	9.46	43.20
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				<b>10.81</b>	<b>25.87</b>	<b>27.03</b>	<b>395.08</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>				<b>10.81</b>	<b>25.87</b>	<b>27.03</b>	<b>395.08</b>
Pievienotais sāls 0.1 grami	Dārzeņi 35 grami						
Pievienotais cukurs 8 grami	Gaļa, zivs 40 grami						
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 40 grami						
	Piena produkti 10 grami						
	Siers, biezpiens 0 grami						
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Pārtikas tehnologs \_\_\_\_\_

Papildus LAD programma "Piens un augļi skolai"

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu iemeslu dēļ.

Garais pasūtīj. B.Launags

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 3

**Ēdienkarte****B.Launags 4nedēļa****Piektdiena, 23.11.2018**

<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>
<b>Launags 100%</b>							
K-1022	Vārīta ola/krējuma mērce <i>(Olas (*A 03), Krējums skābs 20% (*A 07))</i>	1	60/25	8.23	10.90	1.20	135.83
K-11	Sviestmaizes ar gurķiem <i>(Maize-baltmaize(*A01), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	20/5/20	1.84	3.02	10.56	78.11
K-929	Tēja augļu	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
K-2103/	Auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				<b>10.48</b>	<b>14.72</b>	<b>29.54</b>	<b>293.96</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>				<b>10.48</b>	<b>14.72</b>	<b>29.54</b>	<b>293.96</b>
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 8 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 20 grami			
Augļi un ogas 125 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
<b>VIDĒJI:</b>				<b>12.04</b>	<b>21.55</b>	<b>35.99</b>	<b>389.9</b>
<b>KOPĀ:</b>				<b>48.15</b>	<b>86.20</b>	<b>143.94</b>	<b>1559.59</b>
Pievienotais sāls 0.2 grami		Dārzeni 85.5 grami					
Pievienotais cukurs 24 grami		Gaļa, zivs 40 grami		Piena produkti 180 grami			
Augļi un ogas 125 grami		Kartupeļi 40 grami		Siers, biezpiens 30 grami			

Pārtikas tehnologs \_\_\_\_\_

Papildus LAD programma "Piens un augļi skolai"

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu iemeslu dēļ.