

Ēdienkarte**B.Launags Inedzļa**

Apstiprinu _____

Pirmdiena, 24.02.2020

<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 <i>(Biezpiens vājpiena (*A 07), Krējums salds 35% (*A 07))</i>	80		9.95	10.85	18.45	211.67
2001/1	Cepumi/ <i>(Cepumi "Selga"(*A 01;03;07))</i>	15		1.02	1.90	10.47	63.15
K-936	Tēja kumelīšu ar cukuru	200		0.01	0.00	5.99	24.03
				10.98	12.75	34.91	298.85
KOPĀ: 100%				10.98	12.75	34.91	298.85
	Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeņi 0 grami				
	Pievienotais cukurs 21 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>						

Ēdienkarte**B.Launags Inedzļa**

Apstiprinu _____

Otrdiena, 25.02.2020

<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 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i>	250		6.22	6.68	25.82	188.61
K-14	Maize ar ievārījumu <i>(Maize-baltmaize(*A01))</i>	20/20		1.76	0.60	22.20	103.22
				7.98	7.28	48.02	291.83
KOPĀ: 100%				7.98	7.28	48.02	291.83
	Pievienotais sāls 0.6 grami		Dārzeņi 0 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>						

Ēdienkarte**B.Launags Inedzļa**

Apstiprinu _____

Trešdiena, 26.02.2020

<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-1014	Kukurūzas pārslas ar jogurtu <i>(Jogurts (*A 07))</i>		40/150	8.13	2.94	50.03	259.54
K-2105	Auglis bumbieris/		100	0.40	0.30	9.50	42.30
				8.53	3.24	59.53	301.84
KOPĀ: 100%				8.53	3.24	59.53	301.84
Pievienotais sāls 0 grami	Dārzeni 0 grami						
Pievienotais cukurs 0 grami	Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 150 grami				
Augļi un ogas 100 grami	Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami				
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Ēdienkarte

Apstiprinu _____

B.Launags Inedzļa**Ceturtdiena, 27.02.2020**

<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-7/1	Sviestmaize ar sieru <i>(Maize graudu (*A 01;11), Sviests 82% (*A U/), Siers Krievijas 45% (*A 07))</i>		20/5/20	7.17	11.04	8.44	162.15
K-933	Tēja ar cukuru		200	0.01	0.00	7.98	32.02
K-818	Biezpiena sierīņš <i>(Biezpiena sierīņš (*A 07;08))</i>		38	4.83	8.09	13.34	145.16
				12.01	19.13	29.76	339.33
KOPĀ: 100%				12.01	19.13	29.76	339.33
Pievienotais sāls 0 grami	Dārzeņi 0 grami						
Pievienotais cukurs 8 grami	Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 5 grami				
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 58 grami				
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Ēdienkarte

Apstiprinu _____

B.Launags Inedzļa**Piektdiena, 28.02.2020**

<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-4/1	Sviestmaize ar desu <i>(Maize-baltmaize(*A01), Sviests 82% (*A U/), Uesa vārtā (atblst.MK Nr.172) (*A 07))</i>	20/5/30		5.59	7.94	10.78	137.85
K-199	Dārzeņu plate (gurķi/tomāti)	30/30		0.57	0.09	1.92	10.65
K-933	Tēja	200		0.01	0.00	7.98	32.02
K-2103/	Auglis	100		0.40	0.80	9.80	48.00
				6.57	8.83	30.48	228.52
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0 grami				Dārzeņi 60 grami			
Pievienotais cukurs 8 grami				Gaļa, zivs 30 grami			
Augļi un ogas 100 grami				Kartupeļi 0 grami			
				Piena produkti 5 grami			
				Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
				9.21	10.25	40.54	292.07
VIDĒJI:							
				46.07	51.23	202.70	1460.37
Pievienotais sāls 0.6 grami				Dārzeņi 60 grami			
Pievienotais cukurs 41 grami				Gaļa, zivs 30 grami			
Augļi un ogas 225 grami				Kartupeļi 0 grami			
				Piena produkti 354 grami			
				Siers, biezpiens 108 grami			