

Ēdienkarte**B.Launags 4nedēļa****Pirmdiena, 21.09.2020**

<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-1003	Olu kultenis <i>(Olas (*A 03), Piens 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i>	120		10.78	12.06	1.52	157.77
K-31/1	Rudzu maize ar zaļumu sviestu/ <i>(Maize rudzu sagr. (*A 01), Sviests 82% (*A 07))</i>	25/5		1.52	4.33	12.30	94.21
K-936	Tēja kumelīšu ar cukuru	200		0.01	0.00	5.99	24.03
				12.31	16.39	19.81	276.01
KOPĀ: 100%				12.31	16.39	19.81	276.01
Pievienotais sāls 0.1 grami	Dārzeņi 0 grami						
Pievienotais cukurs 6 grami	Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 28 grami				
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami				
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

Ēdienkarte**B.Launags 4nedēļa****Otrdiena, 22.09.2020**

<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-1012	Biezpiens ar krējumu <i>(Biezpiens vājpiena (*A 07), Krējums skābs 20% (*A 07))</i>	100		11.73	4.34	2.30	95.54
K-24	Kliju maize ar gurķiem <i>(Maize graudu (*A 01;11), Sviests 82% (*A 07))</i>	20/5/20		2.03	5.36	8.96	92.37
K-933	Tēja ar cukuru	200		0.01	0.00	7.98	32.02
				13.77	9.70	19.24	219.93
KOPĀ: 100%				13.77	9.70	19.24	219.93
Pievienotais sāls 0.2 grami	Dārzeņi 40 grami						
Pievienotais cukurs 8 grami	Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 25 grami				
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 61 grami				
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

Ēdienkarte**B.Launags 4nedzļa****Trešdiena, 23.09.2020**

<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%							
605	Mannā biezputra ar ogu mērci <i>(Mannā putraini (*A 01), Piens 2.0% (*A0/), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	200/30	6.47	4.44	32.57	196.30
K-933	Tēja		200	0.01	0.00	7.98	32.02
K-2100	Auglis banāns		80	1.20	0.08	16.80	72.72
				7.68	4.52	57.35	301.04
KOPĀ: 100%				7.68	4.52	57.35	301.04
	Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeņi 0 grami				
	Pievienotais cukurs 16 grami		Gaļa, zivs 0 grami			Piena produkti 122 grami	
	Augļi un ogas 105 grami		Kartupeļi 0 grami			Siers, biezpiens 0 grami	
	<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>						

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

Ēdienkarte**B.Launags 4nedēļa****Ceturtdiena, 24.09.2020**

<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-146	Makaronu-vistas gaļas salāti <i>(Makaroni radziņi (*A 01), Krējums skābs 20% (*A 07), Majonēze 76% (*A03;10))</i>	150		8.34	16.39	17.02	250.83
K-1/2	Rudzu maize/ <i>(Maize rudzu sagr. (*A 01))</i>	20		1.18	0.18	9.80	45.60
K-935	Tēja liepziedu	200		0.07	0.00	6.64	25.20
				9.59	16.57	33.46	321.63
KOPĀ: 100%				9.59	16.57	33.46	321.63
Pievienotais sāls 0.1 grami	Dārzeņi 40 grami						
Pievienotais cukurs 0 grami	Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 20 grami				
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami				
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

Ēdienkarte**B.Launags 4nedzļa****Piektdiena, 25.09.2020**

<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-1004/1	Kabaču pankūkas ar krējumu / <i>(Milti kviešu a/l (*A 01), Piens 2.0% (*A07), Olas (*A 03), Krējums skābs 20% (*A 07))</i>	120/20		7.86	11.97	35.80	284.67
K-949	Tēja Karkadē	200		0.01	0.00	7.98	32.02
K-2105	Auglis bumbieris/	100		0.40	0.30	9.50	42.30
				8.27	12.27	53.28	358.99
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.02 grami				Dārzeni 38 grami			
Pievienotais cukurs 12 grami				Gaļa, zivs 0 grami			
Augļi un ogas 100 grami				Kartupeļi 0 grami			
				Piena produkti 55 grami			
				Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				10.32	11.89	36.63	295.52
KOPĀ:							
Pievienotais sāls 0.52 grami				Dārzeni 118 grami			
Pievienotais cukurs 42 grami				Gaļa, zivs 30 grami			
Augļi un ogas 205 grami				Kartupeļi 0 grami			
				Piena produkti 250 grami			
				Siers, biezpiens 61 grami			

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta