

Ēdienkarte**B.Launags 3 nedēļa****Pirmdiena, 11.10.2021**

<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 bezpiedevu NPKS (*A 07))</i>	1	40/150	8.13	2.94	50.03	259.54
K-2105	Auglis bumbieris/	1	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 alerģēni)</i>							

Otrdiena, 12.10.2021

<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-707	Makaroni ar sviestu un sieru <i>(Makaroni radziņi NPKS (*A 01) , Sviests 82% (*A 07), Siers Krievijas 45%NPKS (*A 07))</i>	1	150/30	14.20	10.85	41.84	321.94
K-114/1	Tomāti, svaigi/	1	30	0.33	0.06	1.14	6.43
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				14.54	10.91	50.96	360.39
KOPĀ:		100%		14.54	10.91	50.96	360.39
Pievienotais sāls 0.3 grami		Dārzeni 30.07 grami					
Pievienotais cukurs 8 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 2 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 30 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Trešdiena, 13.10.2021

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums <i>(Alerģēni)</i>	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Launags 100%							
B1(1-4kl)	Biezpiena masa ar zemeņu vai sezonas <i>(Biezpiens vājpiena NPKS (*A 07) , Krējums salds 35%NPKS (*A 07))</i>	1	80/20	8.58	7.30	15.72	163.31
2001/1	Cepumi/ <i>(Cepumi (*A 01;03;07))</i>	1	20	1.36	2.54	13.96	84.20
K-933	Tēja	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				9.95	9.84	37.66	279.53
KOPĀ: 100%				9.95	9.84	37.66	279.53
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 21 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 20 grami			
Augļi un ogas 20 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 44 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. B.Launags 3

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

Ceturtdiena, 14.10.2021

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums <i>(Alerģēni)</i>	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Launags 100%							
602	Auzu pārslu biezputra ar sviestu <i>(Auzu pārslas sver.NPKS(*A 01), Piens 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	200/5	6.33	7.96	22.76	188.19
K-4/1	Sviestmaize ar desu . <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Desa vārītā (atbilst.MK Nr.172) (*A 07))</i>	1	20/5/30	5.59	7.94	10.78	137.85
K-936	Tēja kumelišu ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				11.93	15.90	41.52	358.06
KOPĀ: 100%				11.93	15.90	41.52	358.06
Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 11 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 110 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Piektdiena, 15.10.2021

<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-25	Cepta baltmaize olā <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Olas, NPKS (*A 03) , Piens 2.0% (*A07))</i>	1	50	3.80	6.13	15.30	133.29
K-934	Piens <i>(Piens 2.0% (*A07))</i>	1	200	6.00	4.00	9.40	98.00
K-2115	Augļu plate (ābols, bumbieris)	1	100	0.40	0.55	9.65	45.15
				10.20	10.68	34.35	276.44
KOPĀ: 100%				10.20	10.68	34.35	276.44
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 2 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 215 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
<u>VIDĒJI:</u>				11.03	10.11	44.8	315.25
<u>KOPĀ:</u>				55.15	50.57	224.02	1576.26
Pievienotais sāls 0.4 grami		Dārzeņi 30.07 grami					
Pievienotais cukurs 42 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 497 grami			
Augļi un ogas 220 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 74 grami			

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. B.Launags 3

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2