

Ēdienkarte**Launags 2 nedēļa****Pirmdiena, 09.05.2022**

<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-59	Dubultā apceptā maize olā ar ievārījumu <i>(Maize- tosteru (*A01), Olas, NPKS (*A 03) , Piens 2.0% (*A07))</i>	1	1gb	6.20	10.10	32.30	259.02
K-937	Tēja piparmētru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
K-2104	Auglis apelsīns	1	100	0.90	0.20	8.10	37.80
				7.11	10.30	48.38	328.84
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 10 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 20 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Otrdiena 10.05.2022

<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%							
612	Piecgraudu biezputra ar sviestu <i>(Piecgraudu pārslas (*A 01), Piens 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	200/5	7.66	7.48	32.86	216.78
K-7/1	Sviestmaize ar sieru <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Siers Krievijas 45%NPKS (*A 07))</i>	1	20/5/20	6.99	10.34	10.06	162.75
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				14.66	17.82	50.90	411.55
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 11 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 130 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Trešdiena, 11.05.2022

<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-1020	Pufīgās rauga pankūkas/ievārījums <i>(Milti kviešu a/l NPKS(*A 01) , Olas, NPKS (*A 03) , Piens 2.0% (*A07))</i>	1	150/30	9.98	10.16	76.30	437.51
K-937	Tēja piparmētru	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
K-2103/	Auglis ābols	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				10.39	10.96	91.09	505.55
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 8 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 38 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. Launags 2 nedēļa

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

Ceturtdiena, 12.05.2022

<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-322	Piena-makaronu zupa <i>(Makaroni nūdeles NPKS (*A 01) , Piens 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	250	7.12	5.74	27.49	190.35
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
				12.71	13.68	38.27	328.20
KOPĀ: 100%				12.71	13.68	38.27	328.20
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 3 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 158 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Piektdiena, 13.05.2022

<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>							
VIDĒJI:				10.68	11.2	57.63	375.2
KOPĀ:				53.40	56.00	288.17	1875.98
Pievienotais sāls 1 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 32 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 496 grami			
Augļi un ogas 300 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			