



Ēdienkarte (29.04.2024. - 03.05.2024.)

Apstiprina

Iestādes vadītājs:

1-4 AZ - Iestāde 1

Pusdienas

Neparedzētu apstākļu dēļ ēdienkarte var tikt mainīta

Pirmdiena 29.04.2024.	Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Dārzeņu zupa	150	1.48	3.11	7.46	63.78
Krējums *A07	5	0.13	1.00	0.12	9.96
Rudzu maize	20	1.40	0.20	9.20	44.20
Cūkgaļas gulašs *A01, A07	80	8.87	14.41	3.44	178.98
Vārīti makaroni *A01	150	5.50	0.45	37.06	174.28
Burkānu salāti ar seleriju sakni *A09	80	1.06	1.51	3.87	33.38
Skolas piens *A07	200	6.40	4.00	9.00	97.60
KOPĀ:	685	24.84	24.69	70.15	602.18
Otrdiena 30.04.2024.	Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Dārzeņu sautējums ar vistas gaļu	250	16.98	10.14	16.58	225.46
Krējums *A07	5	0.13	1.00	0.12	9.96
Biešu salāti	80	0.82	7.68	6.26	97.45
Rudzu maize	40	2.80	0.40	18.40	88.40
Flamerī krēms *A01, A07	60	1.70	7.32	10.12	113.21
Ogu ķīselis	150	0.22	0.13	6.87	29.58
KOPĀ:	585	22.64	26.68	58.35	564.06
Ceturtdiena 02.05.2024.	Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Maltās gaļas mērce ar dārzeņiem S *A01, A07	70	6.68	13.09	3.61	159.00
Griķi vārīti. *A07	150	6.16	3.08	32.94	184.13
Ķīnas kāpostu salāti ar dillēm un eļļu	80	1.18	2.28	2.50	35.21
Rudzu maize	20	1.40	0.20	9.20	44.20
Šokolādes pudiņš *A07	50	1.36	3.18	7.35	63.42
Skolas piens *A07	200	6.40	4.00	9.00	97.60
KOPĀ:	570	23.18	25.83	64.60	583.57
Piektdiena 03.05.2024.	Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Cepts vistas giross *A03, A07, A10	50	17.18	14.16	0.28	197.22
Vārīti kartupeļi	150	2.82	0.30	23.20	106.77
Saldā krējuma mērce ar ķiploku *A01, A07	30	0.22	3.14	0.65	31.77
Kāpostu salāti ar sarkanajiem redīsiem	70	0.88	2.22	2.58	33.82
Biezpienkrēms *A07	40	3.20	5.04	4.28	75.30
Blenderētas zemenes	70	0.07	0.28	9.44	40.54
Rupjmaize. *A01	40	2.48	0.52	18.52	88.68
Ūdens ar citronu un piparmētrām	150	0.09	0.01	0.32	1.74
KOPĀ:	600	26.94	25.67	59.26	575.86