



Ēdienkarte (29.04.2024. - 03.05.2024.)

Apstiprina

Iestādes vadītājs:

10-12 AZ - Iestāde 1

Pusdienas

Neparedzētu apstākļu dēļ ēdienkarte var tikt mainīta

Pirmdiena 29.04.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Dārzeņu zupa		250	2.47	5.19	12.43	106.30
Krējums	*A07	5	0.13	1.00	0.12	9.96
Rudzu maize		40	2.80	0.40	18.40	88.40
Cūkgaļas gulašs	*A01, A07	80	8.87	14.41	3.44	178.98
Vārīti makaroni	*A01	250	9.16	0.75	61.77	290.47
Burkānu salāti ar seleriju sakni	*A09	100	1.33	1.89	4.84	41.73
Piens	*A07	200	6.40	4.00	9.00	97.60
	KOPĀ:	925	31.16	27.65	110.00	813.44
Otrdiena 30.04.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Dārzeņu sautējums ar vistas gaļu		320	21.65	18.03	20.45	330.69
Krējums	*A07	10	0.25	2.00	0.23	19.92
Biešu salāti		120	1.27	5.58	9.89	94.87
Rudzu maize		75	5.25	0.75	34.50	165.75
Flamerī krēms	*A01, A07	60	1.70	7.32	10.12	113.21
Ogu ķīselis		150	0.68	0.41	19.30	83.66
	KOPĀ:	735	30.80	34.11	94.49	808.11
Ceturtdiena 02.05.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Maltās gaļas mērce ar dārzeņiem S	*A01, A07	90	8.59	16.83	4.65	204.43
Griķi vārīti.	*A07	230	9.44	4.73	50.51	282.34
Ķīnas kāpostu salāti ar dillēm un eļļu		80	1.18	2.28	2.50	35.21
Rudzu maize		50	3.50	0.50	23.00	110.50
Šokolādes pudiņš	*A07	70	1.91	4.45	10.28	88.79
Piens	*A07	200	6.40	4.00	9.00	97.60
	KOPĀ:	720	31.02	32.78	99.94	818.88
Piektdiena 03.05.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Cepts vistas giross	*A03, A07, A10	60	20.61	16.99	0.34	236.67
Vārīti kartupeļi		250	4.69	0.50	38.67	177.96
Saldā krējuma mērce ar ķiploku	*A01, A07	50	0.37	5.24	1.08	52.96
Kāpostu salāti ar sarkanajiem redīsiem		100	1.26	3.17	3.69	48.32
Biezpienkrēms	*A07	50	4.00	6.30	5.35	94.13
Blenderētas zemenes		100	0.10	0.40	13.48	57.92
Rupjmaize.	*A01	60	3.72	0.78	27.78	133.02
Ūdens ar citronu un piparmētrām		200	0.12	0.02	0.42	2.32
	KOPĀ:	870	34.88	33.40	90.80	803.28