



SIA "Jaunais averss"

Saskaņots: 09.10.2024

Ēdienkarte "3. nedēļa":

14. oktobris - 18. oktobris

3. nedēļa __3 - 6 gadi

1169/2011:

1-pirmdiena

1-Brokastis

A1A7 5-gr.pārslu biezputra 150g

A1 Kviešu maize 20g

A7 Siera masa 30g

Augļu tēja 150g

Bumbieris 80g

2-Pusdienas

Vistas zupa ar dārzeņiem un rīsiem 150g

A7 Krējums 5g

A1A3 Cūkgaļas gulašs 75g

A1 Makaroni vārīti, spirālītes 80g

Burkāni ar rutkiem un krējumu 55g

Upeņu dzēriens 150g

A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

Vārīta desa 30g

A1 Sēkliņu maize 25g

A7 Sviests 5g

Karkadē tēja 150g

35,55 33,71 132,48 975,49

1169/2011:

2-otrdiena

1-Brokastis

A1A7 Miežu putrainu biezputra 150g

Gurķi, svaigi 20g

A1 Kviešu maize 25g

A7 Sviests 5g

Augļu tēja 150g

Auglis 50g

2-Pusdienas

A4 Kartupeļu zupa ar zivs fileju 150g

A1 Liellopa un cūkgaļas kotlete 50g

A1A7 Tomātu mērce 30g

A7 Rīsi, vārīti 100g

Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu 55g

Dzērveņu dzēriens 150g

A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

A1A7 Piena zupa ar nūdelēm 150g

A1 Rudzu maize 15g

A7 Sviests 5g

A1 Auzu cepumi 17g

31,06 36,92 149,78 1055,71

1169/2011:

3-trešdiena

1-Brokastis

A1A7 Auzu pārslu biezputra 150g

A1 Kviešu maize 20g

A7 Sviests 5g

Vistas rulete maizītēm 30g

A7 Kakao dzēriens 150g

Auglis 50g

2-Pusdienas

Boršcs ar cūkgaļu 150g

A7 Krējums 5g

Dārzeņu sautējums ar gaļu 200g

A7 Krējums 5g

Marinēts gurķis 30g

Ķirbju dzēriens 150g

A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

A3A10 Dārzeņu salāti ar desu 120g

Karkadē dzēriens 150g

A1 Rudzu maize 15g

A7 Sviests 5g

43,86 48,03 145,06 1187,98

1169/2011:

4-ceturtdiena

1-Brokastis

A7 Rīsu biezputra 150g

levārijums 10g

A1 Kviešu maize 20g

Kumelišu tēja ar medu 150g

Auglis 50g

2-Pusdienas

Soļanka mājas 150g

A7 Krējums 5g

Cūkgaļas plov 200g

Ābolu sulas dzēriens 150g

A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

A1A7 Sviestmaize ar sieru un desu 80g

Auglis 50g

Augļu tēja 150g

36,23 36,13 159,28 1107,27

1169/2011:

5-piektdiena

1-Brokastis

A1A7 Mannas biezp. ar ķirbjiem un pienu 150g

levārijums 10g

A1 Rudzu maize 20g

A7 Sviests 5g

Melnā tēja 150g

2-Pusdienas

Sakņu zupa ar gaļu 150g

A7 Vistas gaļa ar dārzeņiem 75g

Kartupeļi vārīti 100g

A3 Bietes ar ķiplokiem un majonēzi 55g

Cidoniju dzēriens 150g

A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

A1A3A7 Biezpiena plācenīši 80g

levārijums 15g

A7 Piens 200g

43,70 45,27 145,72 1165,07

Olb.v. Tauki Oglhidr Kcal

3 - 6 gadi 22-44 29-52 97-176 860-1170 (vid.ned.~1015)

1 - 2 gadi 18-30 24-36 81-120 720-800 (vid.ned~760)

NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ, NEPALEDZĒTU APSTĀKĻU VAI PRODUKTU PIEGĀDES AIZKĀVĒŠANĀS DĒĻ, ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA. Rakstā norādīti ALERGĒNI *A 01- kvieši, rudzi, mieži, auzas ;* *A 03- Olas un to produkti *A 09- Selerijas un to produkti; *A 04- Zivis un to produkti; * *A 07- Piens un tā produkti



SIA "Jaunais averss"

Saskaņots: 09.10.2024

Ēdienkarte "3. nedēļa":

14. oktobris - 18. oktobris

3. nedēļa _1 - 2 gadi

1169/2011:	1-pirmdiena				
	1-Brokastis				
A1A7	5-gr.pārslu biezputra 120g				
A1	Kviešu maize 20g				
A7	Siera masa 30g				
	Augļu tēja 120g				
	Bumbieris 50g				
	2-Pusdienas				
	Vistas zupa ar dārzeņiem un rīsiem 120g				
A7	Krējums 5g				
A1A3	Cūkgaļas gulašs 75g				
A1	Makaroni vārīti, spirālītes 80g				
	Burkāni ar rutkiem un krējumu 55g				
	Upēņu dzēriens 120g				
A1	Rudzu maize 15g				
	3-Launags				
	Vārīta desa 15g				
A1	Sēkliņu maize 20g				
A7	Sviests 3g				
	Karkadē tēja 120g				
	31,09	28,31	113,53	833,23	
1169/2011:	2-otrdiena				
	1-Brokastis				
A1A7	Miežu putrainu biezputra 120g				
	Gurķi, svaigi 15g				
A1	Kviešu maize 15g				
A7	Sviests 3g				
	Augļu tēja 120g				
	Svaigi rīvīti dārzeņi 30g				
	2-Pusdienas				
A4	Kartupeļu zupa ar zivs fileju 120g				
A1	Liellopa un cūkgaļas kotlete 35g				
A1A7	Tomātu mērce 20g				
A7	Rīsi, vārīti 80g				
	Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu 55g				
	Dzērveņu dzēriens 120g				
A1	Rudzu maize 10g				
	3-Launags				
A1A7	Piena zupa ar nūdelēm 120g				
A1	Rudzu maize 10g				
A7	Sviests 3g				
A1	Auzu cepumi 15g				
	23,72	26,84	113,65	791,07	
1169/2011:	3-trešdiena				
	1-Brokastis				
A1A7	Auzu pārslu biezputra 120g				
A1	Kviešu maize 15g				
A7	Sviests 3g				
	Vistas rulete maizītēm 15g				
A7	Kakao dzēriens 120g				
	Auglis 30g				
	2-Pusdienas				
	Borščs ar cūkgaļu 120g				
A7	Krējums 5g				
	Dārzeņu sautējums ar gaļu 120g				

A7	Krējums 5g				
	Marinēts gurķis 30g				
	Ķirbju dzēriens 120g				
A1	Rudzu maize 15g				
	3-Launags				
A3A10	Dārzeņu salāti ar desu 35g				
	Karkadē dzēriens 120g				
A1	Rudzu maize 15g				
A7	Sviests 3g				
	28,37	27,86	105,47	786,08	
1169/2011:	4-ceturtdiena				
	1-Brokastis				
A7	Rīsu biezputra 120g				
	levārijums 5g				
A1	Kviešu maize 15g				
	Kumelišu tēja ar medu 120g				
	Svaigi rīvīti augļi 40g				
	2-Pusdienas				
	Soļanka mājas 120g				
A7	Krējums 5g				
	Cūkgaļas plov 150g				
	Ābolu sulas dzēriens 120g				
A1	Rudzu maize 40g				
	3-Launags				
A1A7	Sviestmaize ar sieru un desu 40g				
	Auglis 50g				
	Augļu tēja 120g				
	28,23	26,58	130,83	875,49	
1169/2011:	5-piektdiena				
	1-Brokastis				
A1A7	Mannas biezp. ar ķirbjiem un pienu 120g				
	levārijums 5g				
A1	Rudzu maize 15g				
A7	Sviests 3g				
	Melnā tēja 120g				
	2-Pusdienas				
	Sakņu zupa ar gaļu 120g				
A7	Vistas gaļa ar dārzeņiem 50g				
	Kartupeļi vārīti 70g				
A3	Bietes ar ķiplokiem un majonēzi 55g				
	Cidoniju dzēriens 120g				
A1	Rudzu maize 15g				
	3-Launags				
A1A3A7	Biezpiena plācenīši 40g				
	levārijums 10g				
A7	Piens 150g				
	29,53	31,46	106,85	828,67	
	Olb.v.	Tauki	Oglhidr	Kcal	
3 - 6 gadi	22-44	29-52	97-176	860-1170	(vid.ned.~1015)
1 - 2 gadi	18-30	24-36	81-120	720-800	(vid.ned~760)

NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ, NEPAREDZĒTU APSTĀKĻU VAI PRODUKTU PIEGĀDES AIZKAVĒŠANĀS DĒĻ, ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA. Rakstā norādīti ALERGĒNI *A 01- kvieši, rudzi, mieži, auzas ;* *A 03- Olas un to produkti *A 09- Selerijas un to produkti; *A 04- Zivis un to produkti; * *A 07- Piens un tā produkti

