



SIA "Jaunais averss"

Saskaņots: 15.01.2025

Ēdienkarte "3. nedēļa":

20.01.2025 - 24.01.2025

3. nedēļa __3 - 6 gadi

1169/2011:

1-pirmdiena 20.01.2025

1-Brokastis

A1A7 5-gr.pārslu biezputra 150g

A1 Kviešu maize 20g

A7 Siera masa 30g

Augļu tēja 150g

Auglis 80g

2-Pusdienas

Vistas zupa ar dārzeņiem un rīsiem 150g

A7 Krējums 5g

A1A7 Maltā gaļa ar mērci 75g

Vārīti griķi 80g

A3A7A10 Kāpostu-burkānu salāti ar citronu mērci 55g

Augļu kompots 150g

A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

A1A3A7 Smalkmaizīte 60g

A7 Jogurts 150g

Auglis 80g

35,55 36,25 141,38 1033,95

1169/2011:

2-otrdiena 21.01.2025

1-Brokastis

A7 Biezpiens ar krējumu 60g

A1 Kviešu maize 25g

A7 Sviests 5g

Augļu tēja 150g

Auglis 50g

2-Pusdienas

A4 Kartupeļu zupa ar zivs fileju 150g

A7 Krējums 10g

A1A3A7 Teftelji mērcē 60g

Vārīti kartupeļi 100g

Skābētu kāpostu salāti ar eļļu 55g

Ogu dzēriens 150g

A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

A1A7 Piena zupa ar nūdelēm 200g

A1 Graudu maize 15g

A7 Sviests 5g

A1 Auzu cepumi 17g

32,20 44,48 115,46 990,96

1169/2011:

3-trešdiena 22.01.2025

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

A1 Skābu kāpostu zupa veģetārā 150g

A7 Krējums 5g

Dārzeņu sautējums ar gaļu 150g

A7 Krējums 5g

Ūdens ar citronu 150g

A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

A3A10 Dārzeņu salāti ar desu 120g

Karkadē dzēriens 150g

A1 Rudzu maize 15g

A7 Sviests 5g

36,16 50,07 105,74 1018,24

1169/2011:

4-ceturtdiena 23.01.2025

1-Brokastis

A7 Rīsu biezputra 150g

levārijums 10g

A1 Kviešu maize 20g

Kumelīšu tēja ar medu 150g

Auglis 50g

2-Pusdienas

Pupiņu zupa 150g

A7 Krējums 5g

A1A7 Vārīti makaroni ar sieru 180g

Burkānu salāti ar citrona-eļļas mērci 55g

Augļu-ogu dzēriens 150g

A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

A1A3A7 Biezpiena plācenīši 80g

levārijums 15g

A7 Piens 150g

37,04 38,58 165,25 1156,41

1169/2011:

5-piektdiena 24.01.2025

1-Brokastis

A1A7 Mannas biezp. ar ķirbjiem un pienu 150g

levārijums 10g

A1 Kviešu maize 20g

A7 Sviests 5g

Melnā tēja 150g

2-Pusdienas

Soļanka mājas 150g

A1A3A7 Rauga pankūkas 90g

levārijums 10g

Ābolu kompots 150g

A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

A1A7 Sviestmaize ar gaļas pastēti 50g

Marinēts gurķis 30g

Auglis 50g

A1 "Kafijas" dzēriens ar pienu 150g

28,85 31,33 139,42 955,11

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