



SIA "Jaunais averss"

Saskaņots: 23.05.2024

Ēdienkarte "3. nedēļa":

27. maijs - 31. maijs

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