



SIA "Jaunais averss"

Saskaņots: 22.05.2025

Ēdienkarte "1. nedēļa":

26.05.2025 - 30.05.2025

1. nedēļa __3 - 6 gadi

1169/2011:	Pirmdiena, 26.05.2025				
	1-Brokastis				
A1A7	Rīsu pārslu biezputra 150g				
	levārījums 10g				
A1	Kviešu maize 20g				
A7	Siers 15g				
A7	Sviests 5g				
	Augļu tēja 150g				
	Auglis 80g				
	2-Pusdienas				
	Dārzeņu zupa ar gaļu 150g				
A7	Krējums 5g				
A1	Makaroni jūrnieku gaumē 150g				
	Marinēts gurķis 30g				
	Ūdens ar citronu 150g				
A1	Rudzu maize 15g				
	3-Launags				
	Saldaiss biezpiens ar marmelādi 60g				
A1	Kviešu maize 25g				
A7	Sviests 5g				
	Upeņu dzēriens 150g				
		29,62	45,21	154,32	1142,69
1169/2011:	Otrdiena, 27.05.2025				
	1-Brokastis				
A1A7	5-gr.pārslu biezputra 150g				
	levārījums 15g				
A1	Kviešu maize 20g				
	Krēmsiers 15g				
A7	Kakao dzēriens ar pienu 180g				
	Auglis 80g				
	2-Pusdienas				
	Biešu zupa 150g				
A7	Krējums 5g				
A1A3A7	Cūkgaļas veltnītis 70g				
	Vārīti kartupeļi 100g				
A1A7	Piena mērce 30g				
	Burkānu-sēkliņu salāti ar citronu mērci 55g				
	Ogu dzēriens 150g				
A1	Rudzu maize 15g				
	3-Launags				
	Cīsiņi, vārīti 60g				
A1	Kliju maize 20g				
A7	Sviests 5g				
	Gurķi, svaigi 15g				
	Augļu tēja 150g				
		43,06	39,30	134,34	1063,31
1169/2011:	Trešdiena, 28.05.2025				
	1-Brokastis				
A7	Prosas biezputra 150g				
A1	Kviešu maize 20g				
	Šokolādes sviests 5g				
	Melnā tēja 150g				
	Auglis 80g				
	2-Pusdienas				
	Plovs ar cūkgaļu 150g				
	Vitamīnu salāti 55g				
A1	Dzērveņu uzpūtenis 50g				
A7	Piens 100g				
	Citrusu ūdens 150g				

	3-Launags				
A1	Mafins 50g				
A7	Piens 150g				
	Auglis 80g				
		33,57	46,28	131,22	1075,67
1169/2011:	Ceturtdiena, 29.05.2025				
	1-Brokastis				
A1A7	Auzu pārslu biezputra 150g				
	levārījums 15g				
A1	Kviešu maize 20g				
A7	Sviests 5g				
A7	Siers 15g				
	2-Pusdienas				
A4	Zivju zupa ar dārzeņiem 150g				
A7	Krējums 5g				
A1A7	Maltā gaļa ar mērci 75g				
A1	Vārīti makaroni 100g				
A1A7	Tomātu mērce 30g				
A3A6A7	Kāpostu un burkānu salāti ar citronu 55g				
	Augļu kompots 200g				
A1	Rudzu maize 15g				
	3-Launags				
A1	Brokastu pārslas 30g				
A7	Piens 150g				
A1	Sviesta cepumi 15g				
	Auglis 80g				
		34,20	37,21	155,26	1092,72
1169/2011:	Piektdiena, 30.05.2025				
	1-Brokastis				
A7	Kukurūzas biezputra 150g				
	levārījums 10g				
A1	Kviešu maize 20g				
A7	Sviests 5g				
	P/ž desa 15g				
	Piparmētru tēja 150g				
	2-Pusdienas				
	Vistas zupa ar nūdelēm 150g				
A1A7A9	Cūkgaļas stroganovs 90g				
	Vārīti kartupeļi 100g				
	Biešu - marinētu gurķu salāti 55g				
	Karkadē dzēriens 150g				
A1	Rudzu maize 15g				
	3-Launags				
A1A3A7	Mājas pankūkas 60g				
	levārījums 15g				
A7	Piens 150g				
	Auglis 80g				
		39,52	44,35	139,97	1117,16
	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)