



SIA "Jaunais averss"

Saskaņots: 27.11.2024

Ēdienkarte "2. nedēļa":

02. decembris - 06. decembris

2. nedēļa __3 - 6 gadi

1169/2011:

1-pirmdiena

1-Brokastis

- A7 Piena zupa ar rīsiem 150g
- A1 Kviešu maize 20g
- A7 Sviests 5g
- Auglis 80g

2-Pusdienas

- Sakņu zupa ar gaļu 150g
- A7 Krējums 5g
- Boloņas mērce 80g
- A1 Vārīti makaroni 150g
- Skābētu kāpostu salāti ar eļļu 55g
- Ogu dzēriens 150g
- A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

- A1 Mafins 50g
- Auglis 50g
- A7 Jogurts 150g

32,49 46,62 143,91 1125,16

1169/2011:

2-otrdiena

1-Brokastis

- A1A3A7 Omlete 50g
- Gurķi un tomāti ar eļļu 55g
- A1 Rudzu maize 30g
- Kumelišu tēja ar medu 150g
- Kāposts grauzamais 50g

2-Pusdienas

- A1A3A7 Cūkgaļas kotlete 70g
- Pērļu grūbas 120g
- A1A7 Saldā krējuma mērce 30g
- Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem 55g
- A7 Biezpiena krems 50g
- Ogu ķīselis 100g

3-Launags

- A1A3 Kartupeļu pankūkas 120g
- A7 Krējums 15g
- A7 Piens 150g

43,62 41,27 130,85 1069,33

1169/2011:

3-trešdiena

1-Brokastis

- A7 Kukurūzas biezputra 150g
- levārījums 10g
- A1 Rudzu maize 20g
- A7 Siera masa 30g
- Melnā tēja 150g
- Burkāns grauzamais 50g

2-Pusdienas

- Šķelto zirniņu zupa 150g
- A7 Risoto ar malto gaļu un dārzeņiem 150g
- Ķīnas kāposti ar bietēm un eļļu 55g
- Ābolu kompots 150g
- A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

- Cīsiņi, vārīti 30g
- A1 Kviešu maize 15g
- A7 Sviests 5g
- Gurķi, svaigi 20g
- Tēja 150g

30,95 35,24 124,65 939,60

1169/2011:

4-ceturtdiena

1-Brokastis

- A7 Prosas biezputra 150g
- levārījums 10g
- A1 Kviešu maize 15g
- A7 Sviests 5g
- Tvaikota vistas fileja maizītēm 30g
- Augļu tēja 150g

2-Pusdienas

- Borščs 150g
- A7 Krējums 10g
- A1A3 Cepta zivs fileja 60g
- Kartupeļi vārīti 100g
- A1A7 Piena mērce 20g
- Ķīnas kāposti ar bietēm un eļļu 55g
- Cidoniju dzēriens 150g

- A1 Rudzu maize 20g

3-Launags

- A7 Biezpiens ar krējumu 60g
- levārījums 15g
- A1 Sēkliņu maize 15g
- Piparmētru tēja 150g

37,73 44,40 123,21 1043,32

1169/2011:

5-piektdiena

1-Brokastis

- A7 Rīsu biezputra ar kanēli un cukuru 150g
- A1 Kviešu maize 20g
- A7 Sviests 5g
- A7 Kakao dzēriens 150g

2-Pusdienas

- A1 Rasoļņiks 150g
- A1A7A9 Cūkgaļas stroganovs 70g
- Vārīti griķi 100g
- Vitamīnu salāti 55g
- Karkadē dzēriens 150g

- A1 Rudzu maize 15g

3-Launags

- A1 Brokastu pārslas 30g
- A7 Piens 150g
- Auglis 100g

35,69 32,15 153,46 1045,95

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 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