



SIA "Jaunais averss"

Ēdienkarte "4. nedēļa":

18. novembris - 22. novembris

Baložu vidusskola

Saskaņots: 12.11.2024

Apstiprinu: \_\_\_\_\_

		Olb.v.	Tauki	Ogļhidr	Kcal
Ceturtdā nedēļa no 19.novembra ___1. - 4. klase					
1169/2011:	2-otrdiena				
A7	Siera - dārzeņu zupa 200g	6,33	9,83	13,73	168,67
A1A7	Maltā gaļa krējuma-tomātu mērcē 80g	8,10	10,46	4,28	143,65
A1	Vārīti makaroni 150g	4,35	4,51	30,20	178,79
	Raibie salāti 70g	1,16	3,55	4,88	56,14
	Ogu dzēriens 200g	0,12	0,06	16,65	67,63
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		22,12	29,97	83,03	690,35
1169/2011:	3-trešdiena				
A1A3	Cūkgaļas šnicele 60g	7,21	8,89	8,30	142,07
A7	Rīsi, vārīti 150g	2,64	2,22	29,01	146,55
	Sarkanā mērce 50g	0,48	2,50	2,01	32,45
	Burkānu un kāpostu salāti 60g	0,80	3,06	5,68	53,44
	Ogu ķīselis 150g	0,18	0,09	16,88	69,09
A1A7	Putukrējums ar auzu pārslām 20g	0,72	4,77	5,95	69,64
		12,03	21,53	67,82	513,23
1169/2011:	4-ceturtdiena				
	Pupiņu zupa 200g	7,86	5,62	12,01	130,05
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A7	Vistas fileja karija mērcē 70g	9,99	4,18	1,15	82,15
	Vārīti kartupeļi 180g	3,71	6,64	33,29	207,73
A3	Bietes ar ķiplokiem un majonēzi 70g	1,31	4,76	8,11	80,48
	Augļu dzēriens, kompots 200g	0,57	0,13	28,17	116,09
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		25,78	25,37	96,33	716,84
1169/2011:	5-piektdiena				
	Biešu zupa ar gaļu 200g	4,24	5,83	22,49	159,35
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A3A7	Rauga pankūkas 120g	9,61	8,93	53,37	332,33
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
	Ievārījums 15g	0,05	0,00	10,82	43,44
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		16,53	21,32	100,59	660,32

Klases	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Ēdienreize
1.-4. klase	12-28	16-29	55-113	490-750	pusdienas
5.-9. klase	18-36	22-37	79-144	700-960	pusdienas
10.-12.klase	20-37	27-38	90-147	800-980	pusdienas

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"

Ēdienkarte "4. nedēļa":

18. novembris - 22. novembris

Baložu vidusskola

Saskaņots: 12.11.2024

Apstiprinu: \_\_\_\_\_

		Olb.v.	Tauki	Ogļhidr	Kcal
Ceturtdā nedēļa no 19.novembra ____ 5. - 9. klase					
1169/2011:	2-otrdiena				
A7	Siera - dārzeņu zupa 200g	6,33	9,83	13,73	168,67
A1A7	Maltā gaļa krējuma-tomātu mērcē 100g	10,12	13,08	5,35	179,56
A1	Vārīti makaroni 180g	5,22	5,41	36,23	214,55
	Raibie salāti 70g	1,16	3,55	4,88	56,14
	Ogu dzēriens 200g	0,12	0,06	16,65	67,63
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		25,02	33,49	90,14	762,02
1169/2011:	3-trešdiena				
A1A3	Cūkgaļas šnicele 90g	10,82	13,34	12,44	213,11
A7	Rīsi, vārīti 180g	3,16	2,66	34,81	175,86
	Sarkanā mērce 50g	0,48	2,50	2,01	32,45
	Burkānu un kāpostu salāti 60g	0,80	3,06	5,68	53,44
	Ogu ķīselis 200g	0,25	0,12	22,51	92,11
A1A7	Putukrējums ar auzu pārslām 50g	1,80	11,93	14,87	174,10
		17,31	33,62	92,32	741,07
1169/2011:	4-ceturtdiena				
	Pupiņu zupa 250g	9,83	7,02	15,02	162,56
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A7	Vistas fileja karija mērcē 100g	14,27	5,97	1,64	117,35
	Vārīti kartupeļi 200g	4,12	7,38	36,99	230,82
A3	Bietes ar ķiplokiem un majonēzi 70g	1,31	4,76	8,11	80,48
	Augļu dzēriens, kompots 200g	0,57	0,13	28,17	116,09
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		32,44	29,31	103,53	807,64
1169/2011:	5-piektdiena				
	Biešu zupa ar gaļu 250g	5,30	7,28	28,11	199,19
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A3A7	Rauga pankūkas 180g	14,42	13,40	80,06	498,49
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
	Ievārījums 15g	0,05	0,00	10,82	43,44
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		22,40	27,24	132,90	866,32

Klases	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Ēdienreize
1.-4. klase	12-28	16-29	55-113	490-750	pusdienas
5.-9. klase	18-36	22-37	79-144	700-960	pusdienas
10.-12.klase	20-37	27-38	90-147	800-980	pusdienas

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"

Ēdienkarte "4. nedēļa":

18. novembris - 22. novembris

Baložu vidusskola

Saskaņots: 12.11.2024

Apstiprinu: \_\_\_\_\_

		Olb.v.	Tauki	Ogļhidr	Kcal
Ceturtdā nedēļa no 19.novembra _____ 10. - 12. klase					
1169/2011:	2-otrdiena				
A7	Siera - dārzeņu zupa 250g	7,91	12,28	17,16	210,84
A1A7	Maltā gaļa krējuma-tomātu mērcē 100g	10,12	13,08	5,35	179,56
A1	Vārīti makaroni 200g	5,80	6,02	40,26	238,39
	Raibie salāti 70g	1,16	3,55	4,88	56,14
	Ogu dzēriens 200g	0,12	0,06	16,65	67,63
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		27,18	36,55	97,59	828,03
1169/2011:	3-trešdiena				
A1A3	Cūkgaļas šnicele 90g	10,82	13,34	12,44	213,11
A7	Rīsi, vārīti 200g	3,52	2,96	38,67	195,40
	Sarkanā mērce 75g	0,72	3,75	3,02	48,67
	Burkānu un kāpostu salāti 90g	1,20	4,59	8,52	80,16
	Ogu ķīselis 200g	0,25	0,12	22,51	92,11
A1A7	Putukrējums ar auzu pārslām 50g	1,80	11,93	14,87	174,10
		18,30	36,69	100,04	803,55
1169/2011:	4-ceturtdiena				
	Pupiņu zupa 250g	9,83	7,02	15,02	162,56
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A7	Vistas fileja karija mērcē 120g	17,12	7,16	1,97	140,82
	Vārīti kartupeļi 200g	4,12	7,38	36,99	230,82
A3	Bietes ar ķiplokiem un majonēzi 70g	1,31	4,76	8,11	80,48
	Augļu dzēriens, kompots 200g	0,57	0,13	28,17	116,09
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		35,30	30,50	103,86	831,11
1169/2011:	5-piektdiena				
	Biešu zupa ar gaļu 250g	5,30	7,28	28,11	199,19
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A3A7	Rauga pankūkas 180g	14,42	13,40	80,06	498,49
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
	Ievārījums 15g	0,05	0,00	10,82	43,44
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		22,40	27,24	132,90	866,32

Klases	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Ēdienreize
1.-4. klase	12-28	16-29	55-113	490-750	pusdienas
5.-9. klase	18-36	22-37	79-144	700-960	pusdienas
10.-12.klase	20-37	27-38	90-147	800-980	pusdienas

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"

Ēdienkarte "4. nedēļa":

18. novembris - 22. novembris

Baložu vidusskola

Saskaņots: 12.11.2024

Apstiprinu: \_\_\_\_\_

		Olb.v.	Tauki	Ogļhidr	Kcal
Ceturtdā nedēļa no 19.novembra _____ 1. - 4. klašu launags					
1169/2011:	2-otrdiena				
A7	Kukurūzas biezputra 150g	4,16	8,30	21,96	179,10
	levārijums 10g	0,03	0,00	7,21	28,96
A1	Rudzu maize 15g	1,04	0,78	6,65	37,74
A7	Sviests 3g	0,02	2,48	0,02	22,43
	Vārīta desa 15g	1,87	1,70	0,52	24,88
	Melnā tēja 150g	0,11	0,03	3,83	16,02
		7,22	13,28	40,18	309,13
1169/2011:	3-trešdiena				
A1A3A7	Kartupeļu plācenīši ar gaļu 120g	6,75	8,90	19,77	186,21
A7	Krējums 15g	0,42	3,75	0,47	37,29
	Karkadē tēja 200g	0,30	0,08	4,02	17,96
		7,47	12,73	24,26	241,46
1169/2011:	4-ceturtdiena				
A1A7	Piena zupa ar nūdelēm 200g	5,45	4,45	17,17	130,57
A1	Graudu maize 20g	1,78	0,34	12,28	59,30
A7	Sviests 5g	0,03	4,13	0,04	37,39
		7,26	8,92	29,49	227,26

Klases	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Ēdienreize
1.-4. klase	12-28	16-29	55-113	490-750	pusdienas
5.-9. klase	18-36	22-37	79-144	700-960	pusdienas
10.-12.klase	20-37	27-38	90-147	800-980	pusdienas

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