

SIA "Arseja"  
Reģ.Nr.40103286831

ALERĢĒNI	ĒDIENA NOSAUKUMS	kalkulācijas Nr.	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)
				olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti			olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti	
	<b>PIRMDIENA 15.04.</b>			<b>3 - 6 GADI</b>				<b>1 - 2 GADI</b>				
	<b>BROKASTIS</b>											
1,7	Mannā biezputra ar ābolu ievārījumu	013b	<b>145/15</b>	4,60	2,60	23,69	136,54	<b>120/10</b>	3,79	2,19	19,35	112,26
1,7	Graudu maize ar sviestu	013m	<b>20/2</b>	1,33	1,89	6,86	48,98	<b>20/2</b>	1,33	1,89	6,86	48,98
	Melnā tēja		<b>180</b>			3,00	11,90	<b>150</b>			2,50	10,00
	Svaigs ābols	01a	<b>100</b>	0,40	0,80	9,80	48,00	<b>50</b>	0,20	0,40	4,90	24,00
	<b>PUSDIENAS</b>											
7	Vistas gaļas dārzeņu zupa ar krējumu	010z	<b>25/115/10</b>	5,56	8,05	5,11	116,00	<b>20/100/10</b>	4,49	7,70	4,37	105,54
1	Makaroni ar malto gaļu	020p	<b>100/30</b>	8,24	9,61	32,44	250,48	<b>20/80</b>	6,47	6,78	25,17	188,59
	Svaigu burkānu salāti ar eļļu	020s	<b>100</b>	1,22	4,10	10,66	88,76	<b>50</b>	0,61	2,05	5,33	44,38
	Apelsīnu dzēriens	02dz	<b>150</b>	0,40	0,00	7,27	30,67	<b>130</b>	0,32	5,91	5,91	24,92
	<b>LAUNAGS</b>											
1,3,7	Kartupeļu pankūkas ar krējumu	014b	<b>100/15</b>	4,20	7,39	18,78	159,59	<b>65/10</b>	2,74	4,82	12,25	104,08
	Svaigs bumbieris	07a	<b>100</b>	0,40	0,30	9,50	42,30	<b>50</b>	0,20	0,15	4,75	21,15
	Piens 2% (skolas)	06dz	<b>150</b>	4,23	4,80	7,09	88,50	<b>100</b>	2,82	3,20	4,73	59,00
	<b>KOPĀ</b>			<b>30,59</b>	<b>39,54</b>	<b>134,20</b>	<b>1021,71</b>		<b>22,98</b>	<b>35,09</b>	<b>96,12</b>	<b>742,89</b>
	Normas pēc MK noteikumiem Nr.172			22-44	29-52	97-176	860-1170		18-30	24-36	81-120	720-800

pievienotais sāls 0,8 gr

pievienotais cukurs 9 gr

Ēdienkarte saskaņota un apstiprināta ar PII medmāsu/vadītāju

Atkarībā no piegādāto izejvielu kvalitātes ir iespējamas izmaiņas salātu, svaigo dārzeņu un augļu sortimentā.

Dokuments jā saglabā vienu gadu

SIA "Arseja"  
Reg.Nr.40103286831

ALERĢĒNI	ĒDIENA NOSAUKUMS	Kalkulācijas Nr.	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)
				olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti			olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti	
	<b>OTRDIENA 16.04.</b>			<b>3 - 6 GADI</b>					<b>1 - 2 GADI</b>			
	<b>BROKASTIS</b>											
1,7	Piecu graudu pārslas ar ievārījumu	021b	<b>140/20</b>	4,96	3,72	32,08	199,25	<b>120/15</b>	4,13	3,05	26,04	163,26
7	Piens 2% (skolas)	06dz	<b>150</b>	4,23	4,80	7,09	88,50	<b>100</b>	2,82	3,20	4,73	59,00
	Svaigs ābols	01a	<b>100</b>	0,40	0,80	9,80	48,00	<b>50</b>	0,20	0,40	4,90	24,00
	<b>PUSDIENAS</b>											
1,3,4	Zivju kotlete	07o	<b>75</b>	9,99	2,73	6,43	90,39	<b>60</b>	7,52	2,40	5,34	73,11
7	Kartupeļu biezenis	03p	<b>140</b>	2,96	3,54	16,98	112,59	<b>100</b>	2,11	2,24	10,54	71,14
7	Skābu kāpostu salāti	010s	<b>100</b>	1,98	3,80	2,34	51,50	<b>50</b>	0,99	1,90	1,17	25,75
7	Konservēti persiku gabaliņi ar putukrējumu	026d	<b>50/40</b>	0,79	6,71	19,36	142,65	<b>40/25</b>	0,47	3,09	21,97	118,95
	<b>LAUNAGS</b>											
7	Piena zupa ar grūbām	016z	<b>160</b>	6,25	3,31	32,80	185,87	<b>130</b>	4,57	2,82	22,35	133,04
1,7	Cepumi zoo		<b>20</b>	1,54	2,94	14,08	90,20	<b>20</b>	1,54	2,94	14,08	90,20
	<b>KOPĀ</b>			<b>33,10</b>	<b>32,34</b>	<b>140,97</b>	<b>1008,95</b>		<b>24,36</b>	<b>22,03</b>	<b>111,13</b>	<b>758,45</b>
	Normas pēc MK noteikumiem Nr.172			22-44	29-52	97-176	860-1170		18-30	24-36	81-120	720-800

pievienots sāls 0,8 gr  
pievienots cukurs 9,5 gr

Ēdienkarte saskaņota un apstiprināta ar PII medmāsu/vadītāju

Atkarībā no piegādāto izejvielu kvalitātes ir iespējamās izmaiņas salātu, svaigo dārzeņu un augļu sortimentā.  
Dokuments jā saglabā vienu gadu

SIA "Arseja"  
 Reģ.Nr.40103286831

ALERĢĒNI	ĒDIENA NOSAUKUMS	Kalkulācijas Nr.	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)
				olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti			olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti	
	<b>TREŠDIENA 17.04.</b>			<b>3 - 6 GADI</b>					<b>1 - 2 GADI</b>			
	<b>BROKASTIS</b>											
7	Biezpiens ar krējumu un gurķiem	024b	<b>80/20/20</b>	12,25	5,17	2,45	105,14	<b>60/15/15</b>	9,41	3,88	1,89	80,03
1,7	Saldskābmaize ar sviestu	015m	<b>25/5</b>	1,52	5,50	13,38	100,26	<b>15/2</b>	0,90	1,56	8,01	52,11
7	Kakao	44 EK/45EK	<b>150</b>	2,40	2,15	9,05	65,45	<b>130</b>	2,09	1,88	7,89	57,07
	<b>PUSDIENAS</b>											
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem	227J/273J	<b>150</b>	6,29	10,70	8,77	158,05	<b>120</b>	5,25	9,18	7,29	134,10
1	Rudzu maize	02m	<b>20</b>	1,22	0,24	8,18	39,76	<b>15</b>	0,92	0,18	6,14	29,82
7	Dārzeņu sautējums ar c/g	04o	<b>100/50</b>	8,75	17,90	16,10	221,81	<b>100/50</b>	8,75	17,90	16,10	221,81
	Marinētas gurķu šķēlītes	010s	<b>40</b>	0,32	0,04	0,64	5,20	<b>30</b>	0,24	0,03	0,48	3,90
	Ūdens ar ogām	05dz	<b>150</b>					<b>130</b>				
	<b>LAUNAGS</b>											
1,3,7	Cukīni pankūka ar krējumu	028b	<b>100/20</b>	4,75	8,37	18,41	168,23	<b>85/10</b>	3,76	6,63	14,57	133,18
	Augļu tēja	01dz	<b>180</b>			3,00	11,90	<b>150</b>			2,50	10,00
	<b>KOPĀ</b>			<b>37,49</b>	<b>50,06</b>	<b>79,99</b>	<b>875,80</b>		<b>31,31</b>	<b>41,24</b>	<b>64,86</b>	<b>722,02</b>
	Normas pēc MK noteikumiem Nr.172			22-44	29-52	97-176	860-1170		18-30	24-36	81-120	720-800

pievienotais sāls 1,35 gr

pievienots cukurs 6 gr

Ēdienkarte saskaņota un apstiprināta ar PII medmāsu/vadītāju

Atkarībā no piegādāto izejvielu kvalitātes ir iespējamas izmaiņas salātu, svaigo dārzeņu un augļu sortimentā.

Dokuments jā saglabā vienu gadu

SIA "Arseja"  
Reg.Nr.40103286831

ALERĢĒNI	ĒDIENA NOSAUKUMS	Kalkulācijas Nr.	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)
				olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti			olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti	
	<b>CETURTDIENA 18.04.</b>			<b>3 - 6 GADI</b>				<b>1 - 2 GADI</b>				
	<b>BROKASTIS</b>											
1,7	Auzu pārslu putra ar blenderētām zemenēm	016b	<b>145/20</b>	6,35	5,50	20,05	155,05	<b>120/15</b>	5,09	4,46	15,75	123,51
1,7	Kviešu maize ar sviestu	05m	<b>20/2</b>	1,61	1,83	9,8	61,32	<b>20/2</b>	1,61	1,83	9,8	61,32
	Zāļu tēja	01dz	<b>180</b>			3,00	11,90	<b>150</b>			2,50	10,00
	<b>PUSDIENAS</b>											
1,7	C/g fileja saldā krējuma mērcē	01o	<b>50/50</b>	10,29	10,92	5,20	168,88	<b>40/40</b>	6,71	9,54	4,39	132,44
	Vārīti griķi irdeni	019p	<b>120</b>	4,32	1,28	21,76	115,84	<b>100</b>	3,24	0,96	16,32	86,88
	Biešu salāti ar eļļu	a26s	<b>65</b>	1,18	3,61	5,99	61,19	<b>40</b>	0,94	2,88	4,80	48,15
7	Biezpiena krēms ar ābolu ķīseli	021d	<b>50/100</b>	4,04	12,42	14,24	187,97	<b>40/80</b>	3,23	9,94	13,06	156,90
	Ūdens ar apelsīnu.		<b>150</b>					<b>100</b>				
	<b>LAUNAGS</b>											
1,7	Piena zupa ar burtiņu makaroniem	193 BD/194 BD	<b>200</b>	4,3	2,35	16,61	104,78	<b>150</b>	2,9	1,51	11,65	71,78
	Banāns	08a	<b>100</b>	1,50	0,10	21,02	90,99	<b>50</b>	0,75	0,05	10,50	45,45
	<b>KOPĀ</b>			<b>33,60</b>	<b>38,01</b>	<b>117,67</b>	<b>957,92</b>		<b>24,47</b>	<b>31,18</b>	<b>88,77</b>	<b>736,43</b>
	Normas pēc MK noteikumiem Nr.172			22-44	29-52	97-176	860-1170		18-30	24-36	81-120	720-800

pievienotais sāls **1,1 gr**

pievienotais cukurs **10 gr**

Ēdienkarte saskaņota un apstiprināta ar PII medmāsu/vadītāju

Atkarībā no piegādāto izejvielu kvalitātes ir iespējamas izmaiņas salātu, svaigo dārzeņu un augļu sortimentā.

Dokuments jā saglabā vienu gadu

SIA "Arseja"  
Reg.Nr.40103286831

ALERĢĒNI	ĒDIENA NOSAUKUMS	Kalkulācijas Nr.	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)
				olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti			olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti	
	<b>PIEKTDIENA 19.04.</b>			<b>3 - 6 GADI</b>					<b>1 -2 GADI</b>			
	<b>BROKASTIS</b>											
3,7	Omlete	03b	<b>80</b>	8,48	10,21	1,85	133,21	<b>60</b>	5,80	7,26	1,13	93,08
1,7	Kviešu maize ar sviestu	05m	<b>20/2</b>	1,61	1,83	9,80	61,32	<b>20/2</b>	1,61	1,83	9,80	61,32
7	Piens 2% (skolas)	06dz	<b>150</b>	0,42	4,80	7,09	88,50	<b>100</b>	2,82	3,20	4,73	59,00
	Burkani graužami	03a	<b>100</b>	1,30	0,10	7,20	39,70	<b>50</b>	0,65	0,05	3,60	19,85
	<b>PUSDIENAS</b>											
1,7	Ķirbju biezzupa ar grauzdiņiem	49EK/50EK	<b>150/7</b>	1,94	6,26	10,07	105,32	<b>120/5</b>	1,22	4,91	6,16	74,49
1	Rudzu maize	02m	<b>20</b>	1,22	0,24	8,18	39,76	<b>15</b>	0,92	0,18	6,14	29,82
7	Cūkgaijas plov	032o	<b>50/130</b>	11,01	4214,00	26,07	296,12	<b>40/110</b>	8,69	11,18	19,89	232,09
7	Svaigu kāpostu salāti ar krējumu	030s	<b>50</b>	1,23	1,54	2,50	32,79	<b>50</b>	1,23	1,54	2,50	32,79
	Dzērveņu morss	011dz	<b>150</b>	0,15	0,00	11,15	45,45	<b>130</b>	0,10	0,00	7,76	31,60
	<b>LAUNAGS</b>											
7	Jogurts ar persiku piedevu	016dz	<b>100</b>	2,90	2,50	16,10	98,50	<b>70</b>	2,03	1,75	11,27	68,95
1,7	Saldskābmaize maize ar sviestu un vār.desu (gaija >70%)	017m	<b>25/2/20</b>	4,22	4,55	9,11	96,48	<b>18/2/8</b>	2,23	2,07	6,39	61,02
	<b>KOPĀ</b>			<b>34,49</b>	<b>4246,04</b>	<b>109,12</b>	<b>1037,15</b>	<b>475,00</b>	<b>27,30</b>	<b>33,97</b>	<b>79,37</b>	<b>764,00</b>
	Normas pēc MK noteikumiem Nr.172			22-44	29-52	97-176	860-1170		18-30	24-36	81-120	720-800

pievienotais sāls 1,3 gr

pievienotais cukurs 10 gr

Ēdienkarte saskaņota un apstiprināta ar PII medmāsu/vadītāju

Atkarībā no piegādāto izejvielu kvalitātes ir iespējamas izmaiņas salātu, svaigo dārzeņu un augļu sortimentā.

Dokuments jāsaģlabā vienu gadu

ALERĢĒNI	ĒDIENA NOSAUKUMS	kalkulācijas Nr.	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)
				olbaltumvielas	tauki	ogļhidrāti			olbaltumvielas	tauki	ogļhidrāti	
	<b>PIRMDIENA 15.04.</b>			<b>3 - 6 GADI</b>				<b>1 - 2 GADI</b>				
	<b>BROKASTIS</b>											
1,7	Mannā biezputra ar ābolu ievārījumu	013b	<b>145/15</b>	4,60	2,60	23,69	136,54	<b>120/10</b>	3,79	2,19	19,35	112,26
1,7	Graudu maize ar sviestu	013m	<b>20/2</b>	1,33	1,89	6,86	48,98	<b>20/2</b>	1,33	1,89	6,86	48,98
	Melnā tēja		<b>180</b>			3,00	11,90	<b>150</b>			2,50	10,00
	Svaigs ābols	01a	<b>100</b>	0,40	0,80	9,80	48,00	<b>50</b>	0,20	0,40	4,90	24,00
	<b>PUSDIENAS</b>											
1,7	Dārzeņu zupa ar pārļu grūbām un krējumu	04v	<b>180/10</b>	4,71	2,83	31,85	173,59	<b>160/10</b>	4,13	2,77	27,72	153,87
1,7	Vārīti makaroni ar sieru	05p	<b>115/15</b>	8,08	6,41	31,39	215,73	<b>90/10</b>	5,90	4,05	24,41	157,97
	Svaigu burkānu salāti ar eļļu	020s	<b>100</b>	1,22	4,10	10,66	88,76	<b>50</b>	0,61	2,05	5,33	44,38
	Apelsīnu dzēriens	02dz	<b>150</b>	0,40	0,00	7,27	30,67	<b>130</b>	0,32	5,91	5,91	24,92
	<b>LAUNAGS</b>											
1,3,7	Kartupeļu pankūkas ar krējumu	014b	<b>100/15</b>	4,20	7,39	18,78	159,59	<b>65/10</b>	2,74	4,82	12,25	104,08
	Svaigs bumbieris	07a	<b>100</b>	0,40	0,30	9,50	42,30	<b>50</b>	0,20	0,15	4,75	21,15
	Piens 2% (skolas)	06dz	<b>150</b>	4,23	4,80	7,09	88,50	<b>100</b>	2,82	3,20	4,73	59,00
	<b>KOPĀ</b>			<b>29,57</b>	<b>31,12</b>	<b>159,88</b>	<b>1044,55</b>		<b>22,04</b>	<b>27,43</b>	<b>118,70</b>	<b>760,62</b>
	Normas pēc MK noteikumiem Nr.172			22-44	29-52	97-176	860-1170		18-30	24-36	81-120	720-800

Pievienotais sāls 1,05 g

Pievienotais cukurs 9 g

Ēdienkarte saskaņota un apstiprināta ar PII medmāsu/vadītāju

Atkarībā no piegādāto izejvielu kvalitātes ir iespējamas izmaiņas salātu, svaigo dārzeņu un augļu sortimentā.

Dokuments jā saglabā vienu gadu

SIA "Arseja"  
 Reģ.Nr.40103286831

ALERĢĒNI	ĒDIENA NOSAUKUMS	Kalkulācijas Nr.	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)
				olbaltumvielas	tauki	ogļhidrāti			olbaltumvielas	tauki	ogļhidrāti	
	<b>OTRDIENA 16.04.</b>			<b>3 - 6 GADI</b>					<b>1 - 2 GADI</b>			
	<b>BROKASTIS</b>											
1,7	Piecu graudu pārslas ar ievārījumu	021b	<b>140/20</b>	4,96	3,72	32,08	199,25	<b>120/15</b>	4,13	3,05	26,04	163,26
7	Piens 2% (skolas)	06dz	<b>150</b>	4,23	4,80	7,09	88,50	<b>100</b>	2,82	3,20	4,73	59,00
	Svaigs ābols	01a	<b>100</b>	0,40	0,80	9,80	48,00	<b>50</b>	0,20	0,40	4,90	24,00
	<b>PUSDIENAS</b>											
1,3,4	Zivju kotlete	07o	<b>75</b>	9,99	2,73	6,43	90,39	<b>60</b>	7,52	2,40	5,34	73,11
7	Kartupeļu biezenis	03p	<b>140</b>	2,96	3,54	16,98	112,59	<b>100</b>	2,11	2,24	10,54	71,14
7	Skābu kāpostu salāti	010s	<b>100</b>	1,98	3,80	2,34	51,50	<b>50</b>	0,99	1,90	1,17	25,75
7	Konservēti persiku gabaliņi ar putukrējumu	026d	<b>50/40</b>	0,79	6,71	19,36	142,65	<b>40/25</b>	0,47	3,09	21,97	118,95
	<b>LAUNAGS</b>											
7	Piena zupa ar pārļu grūbām	016z	<b>160</b>	6,25	3,31	32,80	185,87	<b>130</b>	4,57	2,82	22,35	133,04
1,7	Cepumi zoo		<b>20</b>	1,54	2,94	14,08	90,20	<b>20</b>	1,54	2,94	14,08	90,20
	<b>KOPĀ</b>			<b>33,10</b>	<b>32,34</b>	<b>140,97</b>	<b>1008,95</b>		<b>24,36</b>	<b>22,03</b>	<b>111,13</b>	<b>758,45</b>
	Normas pēc MK noteikumiem Nr.172			22-44	29-52	97-176	860-1170		18-30	24-36	81-120	720-800

Pievienotais sāls **0,98 g**

Pievienotais cukurs **9,5 g**

Ēdienkarte saskaņota un apstiprināta ar PII medmāsu/vadītāju

Atkarībā no piegādāto izejvielu kvalitātes ir iespējamas izmaiņas salātu, svaigo dārzeņu un augļu sortimentā.

Dokuments jā saglabā vienu gadu

SIA "Arseja"  
 Reģ.Nr.40103286831

ALERĢĒNI	ĒDIENA NOSAUKUMS	Kalkulācijas Nr.	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)
				olbaltumvielas	tauki	ogļhidrāti			olbaltumvielas	tauki	ogļhidrāti	
	<b>TREŠDIENA 17.04.</b>			<b>3 - 6 GADI</b>					<b>1 - 2 GADI</b>			
	<b>BROKASTIS</b>											
7	Biezpiens ar krējumu un gurķiem	024b	<b>80/20/20</b>	12,25	5,17	2,45	105,14	<b>60/15/15</b>	9,41	3,88	1,89	80,03
1,7	Saldskābmaize ar sviestu	015m	<b>25/3</b>	1,52	2,75	13,38	75,51	<b>20/2</b>	1,21	1,87	10,70	57,58
7	Kakao	44 EK/45EK	<b>150</b>	2,40	2,15	9,05	65,45	<b>130</b>	2,09	1,88	7,89	57,07
	<b>PUSDIENAS</b>											
7	Dārzeņu zupa un krējumu	020v	<b>150/15</b>	3,82	10,03	6,63	131,68	<b>120/10</b>	3,06	7,52	5,31	101,48
1	Rudzu maize	02m	<b>20</b>	1,22	0,24	8,18	39,76	<b>20</b>	1,22	0,24	8,18	39,76
1, 7	Kartupeļu sacepums ar burkāniem, sieru un zaļumiem	139BD/53EK	<b>220</b>	6,65	12,79	26,51	252,99	<b>170</b>	5,14	9,85	20,53	195,35
	Marinētas gurķu šķēlītes	010s	<b>40</b>	0,32	0,04	0,64	5,20	<b>30</b>	0,24	0,03	0,48	3,90
	Ūdens ar ogām	05dz	<b>150</b>					<b>130</b>				
	<b>LAUNAGS</b>											
1,3,7	Cukīni pankūka ar krējumu	028b	<b>100/20</b>	4,75	8,37	18,41	168,23	<b>85/10</b>	3,76	6,63	14,57	133,18
	Augļu tēja	01dz	<b>180</b>			3,00	11,90	<b>150</b>			2,50	10,00
	<b>KOPĀ</b>			<b>32,93</b>	<b>41,54</b>	<b>88,25</b>	<b>855,86</b>		<b>26,14</b>	<b>31,90</b>	<b>72,05</b>	<b>678,35</b>
	Normas pēc MK noteikumiem Nr.172			22-44	29-52	97-176	860-1170		18-30	24-36	81-120	720-800

Pievienotais sāls **1,45 g**

Pievienotais cukurs **6 g**

Ēdienkarte saskaņota un apstiprināta ar PII medmāsu/vadītāju

Atkarībā no piegādāto izejvielu kvalitātes ir iespējamas izmaiņas salātu, svaigo dārzeņu un augļu sortimentā.

Dokuments jā saglabā vienu gadu



SIA "Arseja"  
Reģ.Nr.40103286831

ALERĢĒNI	ĒDIENA NOSAUKUMS	Kalkulācijas Nr.	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISKĀ VĒRTĪBA (KCAL)
				olbaltumvielas	tauki	ogļhidrāti			olbaltumvielas	tauki	ogļhidrāti	
	<b>CETURTDIENA 18.04.</b>			<b>3 - 6 GADI</b>					<b>1 - 2 GADI</b>			
	<b>BROKASTIS</b>											
7	Auzu pārslu putra ar blenderētām zemenēm	016b	<b>145/20</b>	6,35	5,50	20,05	155,05	<b>120/15</b>	5,09	4,46	15,75	123,51
1,7	Kviešu maize ar sviestu un sieru		<b>45</b>	6,00	10,00	10,90	148,10	<b>30</b>	4,00	6,66	7,27	98,73
	Zāļu tēja		<b>180</b>			3,00	11,90	<b>150</b>			2,50	10,00
	<b>PUSDIENAS</b>											
7	Dārzeņu sacepums	017v	<b>140</b>	6,59	7,52	8,16	126,54	<b>100</b>	4,71	5,37	7,78	133,39
	Vārīti griķi irdeni	019p	<b>120</b>	4,32	1,28	21,76	115,84	<b>100</b>	3,24	0,96	16,32	86,88
	Biešu salāti ar eļļu	a26s	<b>65</b>	1,18	3,61	5,99	61,19	<b>40</b>	0,94	2,88	4,80	48,15
7	Biezpiena krēms ar ābolu ķīseli	021d	<b>50/100</b>	4,04	12,42	14,24	187,97	<b>40/80</b>	3,23	9,94	13,06	156,90
	Ūdens ar apelsīnu		<b>150</b>					<b>100</b>				
	<b>LAUNAGS</b>											
1,7	Piena zupa ar burtiņu makaroniem	93 BD/194 B	<b>200</b>	4,3	2,35	16,61	104,78	<b>150</b>	2,9	1,51	11,65	71,78
	Svaigs bumbieris	07a	<b>100</b>	0,40	0,30	9,50	42,30	<b>50</b>	0,20	0,15	4,75	21,15
	<b>KOPĀ</b>			<b>33,19</b>	<b>42,97</b>	<b>110,21</b>	<b>953,67</b>		<b>24,31</b>	<b>31,93</b>	<b>83,88</b>	<b>750,49</b>
	Normas pēc MK noteikumiem Nr.172			22-44	29-52	97-176	860-1170		18-30	24-36	81-120	720-800

Pievienotais sāls **1,1 g**  
Pievienotais cukurs **10 g**

Ēdienkarte saskaņota un apstiprināta ar PII medmāsu/vadītāju

Atkarībā no piegādāto izejvielu kvalitātes ir iespējamas izmaiņas salātu, svaigo dārzeņu un augļu sortimentā.

Dokuments jā saglabā vienu gadu

SIA "Arseja"  
Reg.Nr.40103286831

ALERĢĒNI	ĒDIENA NOSAUKUMS	Kalkulācij as Nr.	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISK Ā VĒRTĪBA (KCAL)	1 porc.,g ± 10%	UZTURVIELAS (G)			ENERĢĒTISK Ā VĒRTĪBA (KCAL)
				olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti			olbaltum vielas	tauki	ogļhidrāti	
	<b>PIEKTDIENA 19.04.</b>			<b>3 - 6 GADI</b>					<b>1 - 2 GADI</b>			
	<b>BROKASTIS</b>											
3,7	Omlete	03b	<b>80</b>	8,48	10,21	1,85	133,21	<b>60</b>	5,80	7,26	1,13	93,08
1,7	Kviešu maize ar sviestu	05m	<b>20/2</b>	1,61	1,83	9,80	61,32	<b>20/2</b>	1,61	1,83	9,80	61,32
7	Piens 2% (skolas)	06dz	<b>150</b>	0,42	4,80	7,09	88,50	<b>100</b>	2,82	3,20	4,73	59,00
	Burkani grauzāmi	03a	<b>100</b>	1,30	0,10	7,20	39,70	<b>50</b>	0,65	0,05	3,60	19,85
	<b>PUSDIENAS</b>											
1,7	Ķirbju biezzupa ar grauzdiņiem	49EK/50EK	<b>150/7</b>	1,94	6,26	10,07	105,32	<b>120/5</b>	1,22	4,91	6,16	74,49
1	Rudzu maize	02m	<b>20</b>	1,22	0,24	8,18	39,76	<b>15</b>	0,92	0,18	6,14	29,82
7	Plovs ar dārzeņiem	013v	<b>200</b>	9,80	9,28	35,31	265,10	<b>140</b>	6,56	6,19	24,09	178,99
7	Svaigu kāpostu salāti ar krējumu	030s	<b>50</b>	1,23	1,54	2,50	32,79	<b>50</b>	1,23	1,54	2,50	32,79
	Dzērveņu morss	011dz	<b>150</b>	0,15	0,00	11,15	45,45	<b>130</b>	0,10	0,00	7,76	31,60
	<b>LAUNAGS</b>											
7	Jogurts ar persiku piedevu	016dz	<b>100</b>	2,90	2,50	16,10	98,50	<b>70</b>	2,03	1,75	11,27	68,95
1,7	Saldskābmaize maize ar sviestu un sieru	54EK/55EK	<b>25/3/20</b>	5,92	8,54	13,38	155,31	<b>18/2/10</b>	3,29	4,72	9,63	95,12
	<b>KOPĀ</b>			<b>34,98</b>	<b>45,31</b>	<b>122,64</b>	<b>1064,96</b>		<b>26,23</b>	<b>31,63</b>	<b>86,80</b>	<b>745,00</b>
	Normas pēc MK noteikumiem Nr.172			22-44	29-52	97-176	860-1170		18-30	24-36	81-120	720-800

Pievienotais sāls **1,3 g**  
Pievienotais cukurs **10 g**

Ēdienkarte saskaņota un apstiprināta ar PII medmāsu/vadītāju

Atkarībā no piegādāto izejvielu kvalitātes ir iespējamas izmaiņas salātu, svaigo dārzeņu un augļu sortimentā.

Dokuments jā saglabā vienu gadu