

Ēdienkarte**1.nedēļa Launags/Pavasara sezona****27.05.2024**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
K-828	Biezpiena saldā masa ar zemeņu mērci <i>(Biezpiens vājpiena NPKS (*A 07) , Krējums saldo 35%NPKS (*A 07))</i>	1	100/30	9.95	10.85	18.45	211.67
2001/1	Cepumi <i>(Cepumi (*A 01;03;07))</i>	1	30	2.04	3.81	20.94	126.30
K-936	Tēja kumelīšu	1	200	0.01	0.00	9.98	40.00
				12.00	14.66	49.37	377.97
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 25 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 30 grami			
Augļi un ogas 25 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 50 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

28.05.2024

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
K-1021	Kellogs saldās pārslas ar pienu <i>(Piens 2.0% (*A07), NPKS)</i>	1	50/200	9.60	4.30	48.85	272.30
K-2100/1	Auglis banāns	1	100	1.50	0.10	21.00	90.90
				11.10	4.40	69.85	363.20
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 0 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 200 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

29.05.2024

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
K-1017	Kefīra pankūkas ar ievārījumu <i>(Kefīrs 2%NPKS (*A 07) , Milti kviešu a/l NPKS(*A 01) , Oļas, NPKS (*A 03))</i>	1	130/20	11.95	11.52	68.69	426.89
K-932	Tēja kumelīšu	1	200	0.09	0.00	8.30	31.48
K-2103/	Auglis ābols	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				12.44	12.32	86.79	506.37
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.2 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 5 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 70 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu piegādē un pieejamību tirgū!

30.05.2024

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
K-321	Piena-rīsu zupa <i>(Piens 2.5% NPKS(*A 07) , Sviests 82% (*A U/I))</i>	1	250	5.93	7.48	25.87	194.53
K-34	Maize ar krēmsieru <i>(Maize kliju NPKS (*A 01), Siers Krēmsiers NPKS (*A 07))</i>	1	20/15	2.50	3.92	10.26	86.95
K-1043	Grauzāmburkāni	1	50	0.65	0.05	3.60	19.85
				9.08	11.45	39.73	301.33
KOPĀ: 100%				9.08	11.45	39.73	301.33
Pievienotais sāls 0.6 grami		Dārzeņi 50 grami					
Pievienotais cukurs 4 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 164 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 15 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

31.05.2024

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u> <i>(Alerģēni)</i>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
K-39	Karstmaize ar sieru un tomātiem <i>(Maize- tosteru (*A01), Siers Krievijas 45%NPKS (*A 07) , Sviests 82% (*A 07))</i>	1	80	8.45	11.18	17.65	218.56
K-935	Tēja liepziedu	1	200	0.07	0.00	6.64	25.20
K-818	Biezpiena sieriņš <i>(Biezpiena sieriņš (*A 07;08))</i>	1	1gb	4.83	8.09	13.34	145.16
				13.35	19.27	37.63	388.92
KOPĀ: 100%				13.35	19.27	37.63	388.92
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeņi 15 grami					
Pievienotais cukurs 0 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 5 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 58 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							
VIDĒJI:				11.59	12.42	56.67	387.56
KOPĀ:				57.97	62.10	283.37	1937.79
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeņi 65 grami					
Pievienotais cukurs 34 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 469 grami			
Augļi un ogas 225 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 123 grami			