

Ēdienkarte**2.nedēļa Launags/Pavasara sezona****07.05.2024**

<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-703	Griķi, vārīti	1	130	6.76	1.56	37.44	178.36
K-557/1	Skābais krējums <i>(Krējums skābs 20%(*A 07))</i>	1	20	0.56	4.00	0.64	40.80
K-109/1	Ķīnas kāpostu-gurķu salāti/	1	50	0.43	2.52	2.33	33.63
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
				7.76	8.08	45.40	272.83
KOPĀ: 100%				7.76	8.08	45.40	272.83
Pievienotais sāls 0.6 grami		Dārzeni 47 grami					
Pievienotais cukurs 6 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 20 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

08.05.2024

<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-1023	Biezpiena plācenīši/krējums vai <i>(Biezpiens vājpiena NPKS (*A 07) , Olas, NPKS (*A 03) , Milti kviešu a/l NPKS(*A 01) , Mannā putraini NPKS (*A 01) ,</i>	1	120/30	20.77	11.83	31.81	318.17
K-929	Tēja augļu	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
				20.78	11.83	36.80	338.21
KOPĀ: 100%				20.78	11.83	36.80	338.21
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 15 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 15 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 97 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

09.05.2024

<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%							
621	Kukurūzas biežputra ar ievārījumu <i>(Piens 2.0% (*A07), NPKS, Sviests 82% (*A 07))</i>	1	200/20	7.04	5.40	49.23	275.45
K-8	Graudu maize ar krēmsieru <i>(Maize graudu NPKS (*A 01;11) , Siers Krēmsiers NPKS (*A 07))</i>	1	20/20	2.96	5.78	9.12	100.60
K-930	Kakao ar pienu <i>(Piens 2.0% (*A07), NPKS)</i>	1	200	3.97	2.70	10.61	82.60
				13.97	13.88	68.96	458.65
KOPĀ: 100%				13.97	13.88	68.96	458.65
Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 8 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 223 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

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

10.05.2024

<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-1039/2	Kartupeļu pankūkas ar krējumu <i>(Milti kviešu a/I NPKS(*A 01) , Oļas, NPKS (*A U3) , Piens 2.0% (*A07), NPKS, Krējums skābs 20%(*A 07))</i>	1	160/30	8.75	16.25	34.14	321.65
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	9.98	40.00
K-2104	Auglis apelsīns	1	100	0.90	0.20	8.10	37.80
				9.66	16.45	52.22	399.45
KOPĀ: 100%				9.66	16.45	52.22	399.45
Pievienotais sāls 0.3 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 10 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 65 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 180 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				13.04	12.56	50.84	367.28
KOPĀ:				52.17	50.24	203.38	1469.14
Pievienotais sāls 1 grami		Dārzeni 47 grami					
Pievienotais cukurs 39 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 323 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 180 grami		Siers, biezpiens 117 grami			

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