

Ēdienkarte**Launags 2 nedēļa Rudens sezona****Pirmdiena, 04.10.2021**

<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-1067	Biezās ābolu pankūkas/krējums <i>(Milti kviešu a/l NPKS(*A 01) , Piens 2.0% (*A01), Oļas, NPKS (*A 03) , Krējums skābs 20%(*A 07))</i>	1	150/20	9.38	16.16	47.12	371.65
K-936	Tēja kumelīšu ar cukuru	1	200	0.01	0.00	5.99	24.03
				9.39	16.16	53.11	395.68
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.05 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 14 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 68 grami			
Augļi un ogas 52 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Otrdiena, 05.10.2021

<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%							
612	Piecgraudu biezputra ar sviestu <i>(Piecgraudu pārslas (*A 01), Piens 2.0% (*A01), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	200/5	7.66	7.48	32.86	216.78
K-7/1	Sviestmaize ar sieru <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Siers Krievijas 45%NPKS (*A 07))</i>	1	20/5/20	6.99	10.34	10.06	162.75
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				14.66	17.82	50.90	411.55
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.1 grami		Dārzeni 0 grami					
Pievienotais cukurs 11 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 130 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Trešdiena, 06.10.2021

<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-1022	Vārīta ola/krējuma mērce <i>(Oļas, NPKS (*A 03) , Krējums skābs 20%(*A 07))</i>	1	60/25	8.23	10.91	1.20	135.83
K-24	Graudu maize ar gurķiem <i>(Maize graudu NPKS (*A 01;11) , Sviests 82% (*A 07))</i>	1	20/5/20	2.03	5.36	8.96	92.37
K-937	Tēja piparmētru	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
K-2103/	Auglis ābols	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				10.67	17.07	24.95	296.24
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 25 grami					
Pievienotais cukurs 5 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 25 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i>							

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. Launags 2 nedēļa

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

Ceturtdiena, 07.10.2021

<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-322	Piena-makaronu zupa <i>(Makaroni nūdeles NPKS (*A 01) , Piens 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	250	7.12	5.74	27.49	190.35
K-4/1	Sviestmaize ar desu . <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Desa vārītā (atbilst.MK Nr.172) (*A 07))</i>	1	20/5/30	5.59	7.94	10.78	137.85
				12.71	13.68	38.27	328.20
KOPĀ: 100%				12.71	13.68	38.27	328.20
Pievienotais sāls 0.8 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 3 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 158 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Piektdiena, 08.10.2021

<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-1014	Kukurūzas pārslas ar jogurtu <i>(Jogurts bezpiedevu NPKS (*A 07))</i>	1	40/150	8.13	2.94	50.03	259.54
K-2108	Auglis	1	100	0.60	0.00	9.10	38.80
				8.73	2.94	59.13	298.34
KOPĀ: 100%				8.73	2.94	59.13	298.34
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 0 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 150 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							
VIDĒJI:				11.23	13.53	45.27	346
KOPĀ:				56.16	67.67	226.36	1730.01
Pievienotais sāls 0.95 grami		Dārzeņi 25 grami					
Pievienotais cukurs 33 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 531 grami			
Augļi un ogas 252 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 20 grami			