

Ēdienkarte**Launags 2 nedēļa Ziema****Pirmdiena, 07.12.2020**

<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-1037	Kartupeļu pankūkas/krējums <i>(Olas (*A 03), Piens 2.5% (*A 07), Milti kviesu a/l (*A 01), Krējums skābs 20% (*A 07))</i>	1	120/20	6.84	12.67	27.82	255.86
K-936	Tēja kumelīšu ar cukuru	1	200	0.01	0.00	5.99	24.03
				6.85	12.67	33.81	279.89
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.2 grami		Dārzeni 0.1 grami					
Pievienotais cukurs 6 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 50 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 150 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Otrdiena, 08.12.2020

<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% (*A 07), 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 (*A 01), Sviests 82% (*A 07), Siers Krievijas 45% (*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 alergēni)</i>							

Trešdiena, 09.12.2020

<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-1018	Biezās ķirbju pankūkas/krējums <i>(Milti kviesu a/l (*A 01), Piens 2.0% (*A 07), Olas (*A 03), Krējums skābs 20% (*A 07))</i>	1	150/20	10.42	14.76	52.39	384.64
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
				10.83	15.56	67.18	452.68
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeni 33 grami					
Pievienotais cukurs 11 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 80 grami			
Augļi un ogas 100 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</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, 10.12.2020

<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 (*A 01) , Piens 2.0% (*AU/), Sviests 82% (*A 07))</i>	1	250	7.12	5.74	27.49	190.35
K-4/1	Sviestmaize ar desu . <i>(Maize-baltmaize(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Desa vārītā (atblst.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, 11.12.2020

<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 (*A 07))</i>	1	40/150	8.13	2.94	50.03	259.54
K-2113/1	Auglis mandarīns/	1	100	0.80	0.30	8.10	38.30
				8.93	3.24	58.13	297.84
KOPĀ: 100%				8.93	3.24	58.13	297.84
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:				10.8	12.59	49.66	354.03
KOPĀ:				53.98	62.97	248.29	1770.16
Pievienotais sāls 1.1 grami		Dārzeņi 33.1 grami					
Pievienotais cukurs 31 grami		Gaļa, zivs 30 grami		Piena produkti 568 grami			
Augļi un ogas 200 grami		Kartupeļi 150 grami		Siers, biezpiens 20 grami			

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. 2