

Ēdienkarte**Launags 1 nedēļa Rudens sezona****Pirmdiena, 27.09.2021**

| <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-321 | Piena-rīsu zupa <i>(Piens 2.0% (*A07), Sviests 82% (*A 07))</i> | 1 | 250 | 6.22 | 6.68 | 25.82 | 188.61 |
| K-65 | Karstmaize ar sieru un desu <i>(Maize graudu NPKS (*A 01;11), Siers Holandes 45% (*A 07), Desa vārītā (atbilst.MK Nr.172) (*A 07), Majonēze 76%</i> | 1 | 45 | 6.13 | 9.07 | 10.84 | 149.92 |
| | | | | 12.35 | 15.75 | 36.66 | 338.53 |
| KOPĀ: 100% | | | | 12.35 | 15.75 | 36.66 | 338.53 |
| Pievienotais sāls 0.6 grami | | Dārzeņi 0 grami | | | | | |
| Pievienotais cukurs 4 grami | | Gaļa, zivs 10 grami | | Piena produkti 164 grami | | | |
| Augļi un ogas 0 grami | | Kartupeļi 0 grami | | Siers, biezpiens 10 grami | | | |
| <i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i> | | | | | | | |

Otrdiena, 28.09.2021

| <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-2100 | Auglis banāns | 1 | 80 | 1.20 | 0.08 | 16.80 | 72.72 |
| | | | | 9.33 | 3.02 | 66.83 | 332.26 |
| KOPĀ: 100% | | | | 9.33 | 3.02 | 66.83 | 332.26 |
| Pievienotais sāls 0 grami | | Dārzeņi 0 grami | | | | | |
| Pievienotais cukurs 0 grami | | Gaļa, zivs 0 grami | | Piena produkti 150 grami | | | |
| Augļi un ogas 80 grami | | Kartupeļi 0 grami | | Siers, biezpiens 0 grami | | | |
| <i>(Slīpā rakstā norādīti alerģēni)</i> | | | | | | | |

Trešdiena, 29.09.2021

| <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-1017 | Kefīra pankūkas ar ievārījumu <i>(Kefīrs 2%NPKS (*A 07), Milti kviešu a// NPKS(*A 01), Olas, NPKS (*A 03))</i> | 1 | 130/20 | 11.95 | 11.52 | 66.69 | 418.91 |
| K-933 | Tēja ar cukuru | 1 | 200 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 32.02 |
| K-2105 | Auglis bumbieris/ | 1 | 100 | 0.40 | 0.30 | 9.50 | 42.30 |
| | | | | 12.36 | 11.82 | 84.17 | 493.23 |
| KOPĀ: 100% | | | | 12.36 | 11.82 | 84.17 | 493.23 |
| Pievienotais sāls 0.1 grami | | Dārzeņi 0 grami | | | | | |
| Pievienotais cukurs 11 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 neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. Launags 1 nedēļa

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

Ceturtdiena,30.09.2021

| <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% | | | | | | | |
| 603/1 | Auzu pārslu biežputra ar ievārījumu / <i>(Auzu pārslas sver.NPKS(*A 01), Piens 2.5% NPKS(*A 07), Sviests 82% (*A 07))</i> | 1 | 200/15 | 6.76 | 6.54 | 32.85 | 217.80 |
| K-26/1 | Graudu maize ar olu / <i>(Maize graudu NPKS (*A 01;11), Sviests 82% (*A 07), Olas, NPKS (*A 03))</i> | 1 | 20/5/20 | 4.41 | 7.64 | 8.58 | 120.97 |
| K-933 | Tēja ar cukuru | 1 | 200 | 0.01 | 0.00 | 7.98 | 32.02 |
| | | | | 11.18 | 14.18 | 49.41 | 370.79 |
| KOPĀ: 100% | | | | 11.18 | 14.18 | 49.41 | 370.79 |
| Pievienotais sāls 0.15 grami | | Dārzeņi 0 grami | | | | | |
| Pievienotais cukurs 11 grami | | Gaļa, zivs 0 grami | | Piena produkti 127 grami | | | |
| Augļi un ogas 0 grami | | Kartupeļi 0 grami | | Siers, biezpiens 0 grami | | | |
| <i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i> | | | | | | | |

Piektdiena,01.10.2021

| <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-25 | Cepta baltmaize olā <i>(Maize-baltmaize NPKS(*A01), Olas, NPKS (*A 03), Piens 2.0% (*A07))</i> | 1 | 50 | 3.80 | 6.13 | 15.30 | 133.29 |
| K-934 | Piens <i>(Piens 2.0% (*A07))</i> | 1 | 200 | 6.00 | 4.00 | 9.40 | 98.00 |
| K-2108 | Auglis | 1 | 100 | 0.60 | 0.00 | 9.10 | 38.80 |
| | | | | 10.40 | 10.13 | 33.80 | 270.09 |
| KOPĀ: 100% | | | | 10.40 | 10.13 | 33.80 | 270.09 |
| Pievienotais sāls 0 grami | | Dārzeņi 0 grami | | | | | |
| Pievienotais cukurs 2 grami | | Gaļa, zivs 0 grami | | Piena produkti 215 grami | | | |
| Augļi un ogas 100 grami | | Kartupeļi 0 grami | | Siers, biezpiens 0 grami | | | |
| <i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i> | | | | | | | |
| VIDĒJI: | | | | 11.12 | 10.98 | 54.17 | 360.98 |
| KOPĀ: | | | | 55.62 | 54.90 | 270.87 | 1804.90 |
| Pievienotais sāls 0.85 grami | | Dārzeņi 0 grami | | | | | |
| Pievienotais cukurs 28 grami | | Gaļa, zivs 10 grami | | Piena produkti 726 grami | | | |
| Augļi un ogas 280 grami | | Kartupeļi 0 grami | | Siers, biezpiens 10 grami | | | |

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. Launags 1 nedēļa

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2