

Ēdienkarte**Launags 3 nedēļa Ziema****Pirmdiena, 14.12.2020**

<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%							
605	Mannā biežputra ar ievārījumu <i>(Mannā putraini (*A 01) , Piens 2.5% (*A 01) , Sviests 82% (*A 07))</i>	1	200/20	6.07	4.95	37.80	220.55
K-26/1	Graudu maize ar olu <i>(Maize graudu (*A 01;11) , Sviests 82% (*A 07), Olas (*A 03))</i>	1	20/5/20	4.41	7.64	8.58	120.97
K-937	Tēja piparmētru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				10.49	12.59	54.36	373.54
Cits 0%							
	****	1		0.00	0.00	0.00	0.00
				0.00	0.00	0.00	0.00
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0.1 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>							

Otrdiena, 15.12.2020

<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-807	Biezpiena masa ar marmelādi <i>(Biezpiens vājiņa (*A 07) , Krējums salds 35% (*A 07))</i>	1	80	8.62	7.23	15.29	161.06
2001	Cepumi <i>(Cepumi (*A 01;03;07))</i>	1	35	2.38	4.45	24.43	147.35
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				11.01	11.68	47.70	340.43
KOPĀ: 100%							
Pievienotais sāls 0 grami		Dārzeņi 0 grami					
Pievienotais cukurs 18 grami		Gaļa, zivs 0 grami		Piena produkti 20 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 45 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Trešdiena, 16.12.2020

<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-1038	Ķirbju pankūkas ar krējumu <i>(Milti kviešu a/l (*A 01) , Piens 2.5% (*A 01) , Olas (*A 03))</i>	1	120/20	4.99	7.60	26.43	194.99
K-936	Tēja kumelīšu ar cukuru	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
K-2113/1	Auglis mandarīns/	1	1gab	0.80	0.30	8.10	38.30
				5.80	7.90	42.51	265.31

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. Launags 3 nedēļa

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 1

KOPĀ:	100%		5.80	7.90	42.51	265.31
Pievienotais sāls 0.1 grami	Dārzeņi 84 grami					
Pievienotais cukurs 12 grami	Gaļa, zivs 0 grami	Piena produkti 13 grami				
Augļi un ogas 100 grami	Kartupeļi 0 grami	Siers, biezpiens 0 grami				
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>						

Ceturtdiena, 17.12.2020

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
K-1002	Zemnieku brokastis <i>(Olas (*A 03) , Piens 2.5% (*A 07) , Desa vārtā (atbilst.MK Nr.172) (*A 07))</i>	1	200	15.69	18.23	17.60	299.07
K-1	Rudzu maize <i>(Maize rudzu sagr. (*A 01))</i>	1	35	2.07	0.32	17.15	79.80
K-929	Tēja augļu	1	200	0.01	0.00	5.99	24.03
				17.77	18.55	40.74	402.90
Cits 0%							
	-----	1		0.00	0.00	0.00	0.00
				0.00	0.00	0.00	0.00
KOPĀ: 100%				17.77	18.55	40.74	402.90
Pievienotais sāls 0.4 grami	Dārzeņi 20 grami						
Pievienotais cukurs 6 grami	Gaļa, zivs 20 grami	Piena produkti 30 grami					
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 90 grami	Siers, biezpiens 0 grami					
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

Piektdiena, 18.12.2020

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kcal</u>
Launags 100%							
K-7/1	Sviestmaize ar sieru <i>(Maize-baltmaize(*A01) , Sviests 82% (*A U/), Siers Holandes 45% (*A 07))</i>	1	20/5/20	6.65	10.00	10.06	158.15
K-818	Biezpiena sieriņš <i>(Biezpiena sieriņš (*A 07;08))</i>	1	38	4.83	8.09	13.34	145.16
K-933	Tēja	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
				11.49	18.09	31.38	335.33
KOPĀ: 100%				11.49	18.09	31.38	335.33
Pievienotais sāls 0 grami	Dārzeņi 0 grami						
Pievienotais cukurs 8 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 alergēni)</i>							
VIDĒJI:				11.31	13.76	43.34	343.5
KOPĀ:				56.56	68.81	216.69	1717.51
Pievienotais sāls 0.6 grami	Dārzeņi 104 grami						
Pievienotais cukurs 55 grami	Gaļa, zivs 20 grami	Piena produkti 195 grami					
Augļi un ogas 100 grami	Kartupeļi 90 grami	Siers, biezpiens 103 grami					

Ēdienkarte var tikt mainīta neparedzētu apstākļu dēļ!

Dokuments sagatavots elektroniski un derīgs bez paraksta

SIA Aniva pārtikas tehnoloģis

Garais pasūtīj. Launags 3 nedēļa

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2