



Ēdienkarte (13.05.2024. - 17.05.2024.)

Apstiprina

Iestādes vadītājs:

1-4 B - Iestāde 1

Brokastis

Neparedzētu apstākļu dēļ ēdienkarte var tikt mainīta

Pirmdiena 13.05.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Auzu pārslu biezputra	*A01, A07	200	5.80	3.76	22.40	146.63
Blenderētas zemenes		10	0.01	0.04	1.35	5.79
Sviestmaize ar gurķi.	*A01, A07	15 / 3 / 15	1.06	2.58	8.25	60.46
Karkadē tējas dzēriens		150			3.05	12.24
	KOPĀ:	393	6.87	6.39	35.04	225.12
Otrdiena 14.05.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Brokastu pārslas		30	2.16	0.18	23.91	105.90
Piens	*A07	150	4.80	3.00	6.75	73.20
Sviestmaize ar desu	*A01, A07	15 / 3 / 20	3.69	7.98	8.38	120.10
	KOPĀ:	218	10.65	11.16	39.04	299.20
Trešdiena 15.05.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Mannas biezputra ar kanēlcukuru	*A01, A07	200	4.90	1.24	27.32	140.02
Sviestmaize ar tomātu.	*A01, A07	15 / 3 / 15	1.04	2.58	8.40	61.00
Zāļu tēja		150			2.99	11.97
	KOPĀ:	383	5.95	3.82	38.71	212.98
Ceturtdiena 16.05.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Kefīra pankūkas	*A01, A03, A07	100	8.54	8.00	42.58	276.50
Krējums ar cukuru	*A07	10	0.18	1.43	2.44	23.35
Kakao ar pienu.	*A07	150	3.03	2.19	7.19	60.60
	KOPĀ:	260	11.74	11.62	52.22	360.45
Piektdiena 17.05.2024.		Svars (+/- 10%)	Olb.	Tauki	Ogļh.	kcal
Kliju karstmaize ar desu un sieru	*A01, A06, A07	20 / 20 / 10	5.03	4.27	10.44	100.31
Baltmaize ar kakao sviestu	*A01, A07	20 / 3	1.29	2.24	10.68	68.06
Tēja		150	0.20	0.04	0.60	3.54
	KOPĀ:	223	6.52	6.55	21.72	171.91