SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4klasei 1 nedēļa Rudens sezona
Rudens 2026 ar skolas pienu/augli

Pirmdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-307/1	Skābeņu zupa ar olu/krējums_ *(Selerija sakne (*A 09), Putraimi miežu (*A 01) , Olas (*A 03) , Krējums skābs 20%(*A 07))*	1	200/5/5	4.03	5.65	11.05	112.65
K-404	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem/ *(Milti kviešu a/l (*A 01) , Krējums salds 35%NPKS (*A 07))*	1	80	7.96	13.51	4.67	172.39
K-704	Makaroni, vārīti *(Makaroni radziņi NPKS (*A 01))*	1	130	5.41	2.07	36.24	185.26
K-108/1	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu/	1	50	0.71	2.53	2.92	35.54
K-980	Ūdens ar citronu	1	200	0.09	0.01	0.30	1.65
K-990	"Skolas kefīrs" *(Skolas kefīrs 2% (*A07))*	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
K-1/2	Rudzu maize/ *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	15	0.88	0.14	7.35	34.20
				25.08	**27.91**	**71.53**	**637.69**
KOPĀ:	**100%**			**25.08**	**27.91**	**71.53**	**637.69**

Pievienotais sāls 1.4 grami | Dārzeņi 105.2 grami
Pievienotais cukurs 0.5 grami | Gaļa, zivs 47 grami | Piena produkti 210 grami
Augļi un ogas 11 grami | Kartupeļi 50 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Otrdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-324/2	Rasoļniks/krējums_ *(Grūbas (*A01), Krējums skābs 20%(*A 07))*	1	200/5	2.71	4.93	9.76	95.67
K-402	Cūkgaļas kotlete *(Olas (*A 03) , Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Rīvmaize (*A 01))*	1	70	12.78	15.47	14.95	251.75
K-703	Griķi, vārīti	1	130	6.76	1.56	37.44	178.36
K-565	Piena-dārzeņu mērce *(Piens 2.0% , Milti kviešu a/l (*A 01))*	1	50	1.33	2.63	3.80	44.37
C-110/1	Burkānu-ziedkāpostu salāti ar eļļu	1	50	0.73	2.57	3.61	41.26
K-905	Karkadē dzēriens	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
K-40	Graudu maize *(Maize graudu NPKS (*A 01;11))*	1	20	1.84	1.24	8.40	52.40
K-2112	Skolas auglis	1	100	0.34	0.60	11.40	53.70
				26.50	**29.00**	**94.35**	**737.55**
KOPĀ:	**100%**			**26.50**	**29.00**	**94.35**	**737.55**

Pievienotais sāls 1.7 grami | Dārzeņi 87.75 grami
Pievienotais cukurs 5.65 grami | Gaļa, zivs 60 grami | Piena produkti 35 grami
Augļi un ogas 100 grami | Kartupeļi 40 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Trešdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu piegādē un pieejamību tirgū!

Pusdienas 100%							
K-304/2	Biešu zupa/krējums *(Krējums skābs 20%(*A 07))*	1	200/5	3.40	4.96	14.80	118.85
K-434/1	Vistas gaļas stroganovs *(Krējums salds 35%NPKS (*A 07) , Milti kviesu a/l (*A 01))*	1	80	7.40	13.71	3.29	166.63
K-735/1	Vārītas pērļu grūbas. *(Pērļu grūbas (*A 01))*	1	130	3.50	1.10	34.50	161.90
K-112/1	Vitamīnu salāti	1	50	0.48	2.54	2.92	36.64
K-928	Skolas piens *("Skolas piens" 2% (*A 07))*	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
K-980	Ūdens ar citronu	1	200	0.09	0.01	0.30	1.65
K-1/2	Rudzu maize *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	15	0.88	0.14	7.35	34.20
				21.75	**26.46**	**72.16**	**615.87**
KOPĀ: 100%				**21.75**	**26.46**	**72.16**	**615.87**

Pievienotais sāls 1.5 grami | Dārzeņi 123.8 grami
Pievienotais cukurs 2 grami | Gaļa, zivs 47 grami | Piena produkti 213 grami
Augļi un ogas 12 grami | Kartupeļi 50 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ceturtdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas 100%							
K-408	Cūkgaļas plovs/krējums *(Krējums skābs 20%(*A 07))*	1	200/10	13.19	14.99	50.60	393.49
K-114/1	Tomāti, svaigi/	1	50	0.55	0.10	1.90	10.70
K-856	"Abavas sniegs" *(Mannā putraimi (*A 01) , Piens 2.0% , Krējums salds 35%NPKS (*A 07))*	1	70	1.87	11.68	12.12	161.13
K-869/1	Dzērveņu sīrupa ķīselis	1	100	0.02	0.00	10.74	43.07
K-2112	Skolas auglis	1	100	0.34	0.60	11.40	53.70
				15.97	**27.37**	**86.76**	**662.09**
KOPĀ: 100%				**15.97**	**27.37**	**86.76**	**662.09**

Pievienotais sāls 0.65 grami | Dārzeņi 78 grami
Pievienotais cukurs 7 grami | Gaļa, zivs 45 grami | Piena produkti 64 grami
Augļi un ogas 100 grami | Kartupeļi 0 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Piektdiena

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas 100%							
K-305	Sakņu zupa/skābs krējums *(Krējums skābs 20%(*A 07))*	1	200/5	3.18	4.96	9.94	96.41
K-443	Cūkgaļa burkānu mērcē *(Krējums salds 35%NPKS (*A 07) , Milti kviesu a/l (*A 01))*	1	80	8.85	15.41	4.52	193.14
K-701/1	Kartupeļi, vārīti_	1	150	3.00	0.15	22.20	105.30
K-138/1	Sv. kāpostu-zaļumu salāti/	1	50	0.85	2.05	3.14	30.78
K-928	Skolas piens *("Skolas piens" 2% (*A 07))*	1	200	6.00	4.00	9.00	96.00
K-940	Sīrupa dzēriens	1	200	0.00	0.00	16.50	66.00
K-1/2	Rudzu maize/ *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	15	0.88	0.14	7.35	34.20
K-2112	Skolas auglis	1	100	0.34	0.60	11.40	53.70
				23.10	**27.31**	**84.05**	**675.53**

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu piegādē un pieejamību tirgū!