

Ēdienkarte nedēļai: 10.06.2024 - 14.06.2024

(2024.g) Valstspilsētas vidusskola /PI/ Strādnieku iela 56

Grupa: 3-6 g.bērni

Pirmdienā 10.06.2024				Otrdienā 11.06.2024				Trešdienā 12.06.2024				Ceturtdienā 13.06.2024				Piektdienā 14.06.2024			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis Prosas biezputra bērniem no 1 līdz 6 gadiem [A07] (200g/165,0 kcal) Kumeliņu tēja bērniem no 3 gadiem (200g/13,0 kcal) Cepumi bērniem no 3 gadiem [A01] (12g/38,6 kcal)				Brokastis Mannas putra ar augļu biezeni bērniem no 1 līdz 6 gadiem [A01, A07] (220g/168,0 kcal) Piparmētru tēja bērniem no 3 gadiem (200g/13,0 kcal) Baltmaize bērniem no 3 gadiem [A01] (20g/60,0 kcal)				Brokastis Kukurūzas putra bērniem no 1 līdz 6 gadiem [A07] (200g/178,7 kcal) Kakao dzēriens bērniem no 3 gadiem [A07] (200g/50,4 kcal) Rausis bērniem no 3 gadiem [A01] (25g/48,1 kcal)				Brokastis Auzu pārslu biezputra bērniem no 3 gadiem [A01, A07] (200g/165,1 kcal) Tēja ar medu bērniem no 3 gadiem 3-6g (200g/26,2 kcal) Cepumi bērniem no 3 gadiem [A01] (12g/38,6 kcal)				Brokastis Rīsu biezputra ar pienu bērniem no 3 gadiem [A07] (200g/138,2 kcal) Piparmētru tēja bērniem no 3 gadiem (200g/13,0 kcal) Rausis bērniem no 3 gadiem [A01] (25g/48,1 kcal)			
7,5	36,2	5,4	216,6	7,5	43,3	4,7	241,0	9,5	46,7	6,9	277,2	7,2	32,2	7,5	229,9	5,7	36,3	3,8	199,3
Pusdienas Kartupeļu zupa bērniem no 3 gadiem [A03, A07] (200g/67,0 kcal) Cūkgaļas kotlete bērniem no 3 gadiem [A01, A03] (70g/144,0 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar augu eļļu 3-6 (60g/24,7 kcal) Rupjmaize bērniem no 3 gadiem [A01] (30g/70,3 kcal) Vārīti makaroni bērniem no 3 gadiem [A01, A07] (110g/165,6 kcal) Sulas dzēriens bērniem no 3 gadiem (150g/32,0 kcal)				Pusdienas Svaigu kāpostu zupa ar krējumu bērniem no 3 gadiem [A07] (200g/110,7 kcal) Cūkgaļas gulašs bērniem no 3 gadiem 70/20 [A01] (90g/141,3 kcal) Rupjmaize bērniem no 3 gadiem [A01] (30g/70,3 kcal) Mājas limonāde bērniem no 3 gadiem (150g/55,5 kcal) Griķi ar sviestu 3-6 g [A07] (100g/153,8 kcal) Tomātu salāti ar sīpoliem ar augu eļļu 3-6 (60g/19,1 kcal)				Pusdienas Zirņu zupa bērniem no 3 gadiem [A07] (200g/120,0 kcal) Cūkgaļas plovš bērniem no 3 gadiem [A07] (210g/257,3 kcal) Rupjmaize bērniem no 3 gadiem [A01] (30g/70,3 kcal) Dārzenu salāti ar augu eļļu 3-6 gadi (70g/30,5 kcal) Rabarbera komposts bērniem no 3 gadiem (50g/20,9 kcal)				Pusdienas Auksā biešu zupa bērniem no 3 gadiem [A03, A07] (200g/71,2 kcal) Slinkie kāpostu tīteņi ar gaļu bērniem no 3 gadiem [A07] (260g/174,3 kcal) Svaigi tomāti bērniem no 3 gadiem (50g/7,7 kcal) Rupjmaize bērniem no 3 gadiem [A01] (30g/70,3 kcal) Rabarbera komposts bērniem no 3 gadiem (50g/20,9 kcal)				Pusdienas Zivju zupa bērniem no 3 gadiem [A04, A07] (200g/84,3 kcal) Mājas cepetis ar gaļu bērniem no 3 gadiem [A07] (200g/210,6 kcal) Asorti salāti-burkāni, puravi, redīsi, āboli ar eļļu bērniem no 3 gadiem (70g/40,5 kcal) Konservētu ogu komposts bērniem no 3 gadiem (150g/29,8 kcal) Rupjmaize bērniem no 3 gadiem [A01] (30g/70,3 kcal)			
30,4	68,3	11,5	503,6	30,5	71,2	15,5	550,7	27,4	76,6	9,2	499,0	19,6	41,9	10,7	344,4	24,6	60,2	10,0	435,5
Launags Omelete bērniem no 3 gadiem [A01, A03, A07] (100g/133,8 kcal) Sviestmaize bērniem no 3 gadiem 1-6 g. [A01, A07] (28g/97,4 kcal) Kakao dzēriens bērniem no 3 gadiem [A07] (200g/50,4 kcal) Bumbieris bērniem no 3 gadiem (70g/38,0 kcal)				Launags Dārzenu salāti 3-6 g. [A03] (150g/197,5 kcal) Rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal) Cigoriņijs ar pienu bērniem no 3 gadiem [A07] (200g/53,0 kcal) Ābols bērniem no 3 gadiem (100g/52,2 kcal)				Launags Biezpiena saņemums ar iebiezinātu pienu 3-6 gadi [A01, A03, A07] (115g/187,9 kcal) Ķimeņu tēja bērniem no 3 gadiem (200g/13,5 kcal) Banāns bērniem no 3 gadiem (70g/55,0 kcal)				Launags Karstmaizes ar burkāniem un sieru bērniem no 3 gadiem [A01, A07] (85g/170,5 kcal) Zaļā tēja bērniem no 3 gadiem (200g/13,0 kcal) Ābols bērniem no 3 gadiem (100g/52,2 kcal)				Launags Baltmaize ar biezpiena sieru Gardumiņu bērniem no 3 gadiem [A01, A07] (85g/203,1 kcal) Apelsīns bērniem no 3 gadiem (70g/27,3 kcal) Cigoriņijs ar pienu bērniem no 3 gadiem [A07] (200g/53,0 kcal)			
13,9	39,8	11,8	319,6	16,2	58,8	5,3	349,5	17,0	35,0	6,5	256,4	7,8	39,6	5,2	235,7	10,7	49,1	5,1	283,4
Uzturvērtības kopā 51,8 144,3 28,7 1039,8 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 15,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (11-11) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 54,2 173,3 25,5 1141,2 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 14,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (11-11) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 53,9 158,3 22,6 1032,6 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 21,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (11-11) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 34,6 113,7 23,4 810,0 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 13,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (11-11) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 41,0 145,6 18,9 918,2 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 14,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (11-11) Nav atbilstošu MK noteikumu			