

Ēdienkarte nedēļai: 10.06.2024 - 14.06.2024

(2024.g) Valstspilsētas vidusskola /PI/ 18.novembra iela 85

Grupa: 1-2

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 Mannas biezputra ar sviestu bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (200g/175,9 kcal) Kakao ar pienu bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/61,7 kcal) Cepumi bērniem līdz 3 gadiem [A01] (15g/48,2 kcal)				Brokastis Biezpiena bumbiņas bērniem līdz 3 gadiem [A01, A03, A07] (90g/186,3 kcal) IEBIEZINĀTS PIENS 1-2 [A01, A07] (5g/16,4 kcal) Cigoriņu dzēriens bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (150g/69,8 kcal) Baltmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/60,0 kcal)				Brokastis Griķu biezputra bērniem līdz 3 gadiem [A07] (200g/197,9 kcal) Kumelīšu tēja bērniem līdz 3 gadiem (150g/9,6 kcal) Rausis bērniem līdz 3 gadiem [A01] (15g/28,9 kcal)				Brokastis Grūbu piena zupa bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (150g/94,1 kcal) Sviestmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (23g/82,4 kcal)				Brokastis Prosas biezputra bērniem līdz 3 gadiem [A07] (200g/179,2 kcal) Piparmētru tēja bērniem līdz 3 gadiem (150g/7,8 kcal) Barankas bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/30,1 kcal)			
10,9	43,3	7,9	285,8	21,6	46,5	7,8	332,5	8,4	37,8	5,8	236,4	5,7	25,2	6,1	176,5	7,4	35,6	5,7	217,1
Pusdienas Kartupeļu-zaļo zirnīšu zupa ar krējumu bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/66,3 kcal) Plovs bērniem līdz 3 gadiem [A07] (160g/243,5 kcal) Burkānu salāti bērniem līdz 3 gadiem (50g/19,2 kcal) Kompots bērniem līdz 3 gadiem (100g/22,5 kcal) Rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal)				Pusdienas Rasoņņiks ar krējumu bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/77,1 kcal) Kartupeļu biezenis bērniem līdz 3 gadiem [A07] (100g/122,9 kcal) Sautēta vistas gaļa ar dārzeņiem bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (60g/117,1 kcal) Svaigs tomāts bērniem līdz 3 gadiem (30g/5,2 kcal) Rabarberu kompots bērniem līdz 3 gadiem (100g/7,2 kcal) Rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal)				Pusdienas Zemnieku zupa ar krējumu bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/71,9 kcal) Krāsniņē cepti viltotie cepelīni ar krējumu bērniem līdz 3 gadiem [A01, A03, A07] (160g/188,0 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar kukurūzu bērniem līdz 3 gadiem (50g/26,5 kcal) Augļu - ogu sulas dzēriens bērniem līdz 3 gadiem (100g/24,1 kcal) Rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal)				Pusdienas Cūkgaļas buljons ar nūdelēm bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (150g/74,6 kcal) Sautēti saldētie dārzeņi bērniem līdz 3 gadiem [A07] (100g/110,1 kcal) Gaļas tefelji bērniem līdz 3 gadiem [A01, A03, A07] (60g/128,0 kcal) Svaigs gurķis bērniem līdz 3 gadiem (35g/3,9 kcal) Augļu - ogu sulas dzēriens bērniem līdz 3 gadiem (100g/24,1 kcal) Rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal)				Pusdienas "Aukstā zupa ar kefiru" bērniem līdz 3 gadiem [A03, A07] (150g/45,4 kcal) Kartupeļu biezenis bērniem līdz 3 gadiem [A07] (100g/122,9 kcal) Sautēta zivs ar dārzeņiem bērniem līdz 3 gadiem [A01, A04] (60g/77,2 kcal) Salāti "Mozaīka" bērniem līdz 3 gadiem (45g/22,2 kcal) Ķīselis bērniem līdz 3 gadiem [A01] (100g/38,1 kcal) Rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal)			
20,8	53,9	10,1	398,3	17,1	45,9	13,3	376,3	21,4	47,3	9,0	357,3	24,2	31,5	18,2	387,5	18,0	53,0	7,6	352,6
Launags Sautēti kartupeļi bērniem līdz 3 gadiem (130g/91,5 kcal) Svaigs gurķis bērniem līdz 3 gadiem (30g/3,8 kcal) Kefīrs bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/75,0 kcal) Bumbieri bērniem 1-2 (85g/46,2 kcal)				Launags Dārzeņu viltotie tīteņi ar krējumu bērniem līdz 3 gadiem [A07] (100g/80,0 kcal) Rupjmaize ar sviestu bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (23g/69,2 kcal) Tēja bērniem līdz 3 gadiem (150g/9,6 kcal) Āboli bērniem līdz 3 gadiem (80g/43,1 kcal)				Launags Makaroni ar sieru bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (120g/199,0 kcal) Kakao ar pienu bērniem līdz 3 gadiem [A07] (200g/61,7 kcal) Banāni bērniem līdz 3 gadiem (90g/70,7 kcal)				Launags Magoņmaizīte bērniem līdz 3 gadiem [A01, A03, A07] (55g/264,6 kcal) Piens bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/73,5 kcal) Augļu salāti bērniem līdz 3 gadiem (100g/63,9 kcal)				Launags Vārīta ola bērniem līdz 3 gadiem [A03] (50g/66,6 kcal) Rupjmaize ar sviestu bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (23g/69,2 kcal) Cigoriņu dzēriens bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (150g/69,8 kcal) Āboli bērniem līdz 3 gadiem (100g/52,2 kcal)			
8,3	34,0	5,4	216,5	4,6	34,1	5,1	201,9	13,5	52,7	7,6	331,4	13,9	68,8	8,9	402,0	10,1	32,3	9,9	257,8
Uzturvērtības kopā 40,0 131,2 23,4 900,6 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 9,2000				Uzturvērtības kopā 43,3 126,5 26,2 910,7 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 12,9000				Uzturvērtības kopā 43,3 137,8 22,4 925,1 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,9000				Uzturvērtības kopā 43,8 125,5 33,2 966,0 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 16,5000				Uzturvērtības kopā 35,5 120,9 23,2 827,5 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 14,2000			