

Ēdienkarte nedēļai: 22.04.2024 - 26.04.2024

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

Grupa: 1-2

Pirmdiena 22.04.2024				Otrdiena 23.04.2024				Trešdiena 24.04.2024				Ceturtdiena 25.04.2024				Piektdiena 26.04.2024			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis Makaroni ar sviestu bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (100g/165,6 kcal) Kakao dzēriens bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (150g/55,9 kcal) Cepumi bērniem līdz 3 gadiem [A01] (10g/32,2 kcal) Skolas piens(bezmaksas) gab [A07] (250g/100,0 kcal)				Brokastis Kukurūzas biezputra bērniem līdz 3 gadiem [A07] (180g/165,3 kcal) Piparmētru tēja bērniem līdz 3 gadiem (150g/7,8 kcal) Baltmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/60,0 kcal)				Brokastis Makaronu piena zupa bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (150g/105,0 kcal) Sviestmaize ar sieru bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (43g/115,8 kcal) Skolas piens(bezmaksas) gab [A07] (250g/100,0 kcal)				Brokastis Viltotie varenīki bērniem līdz 3 gadiem [A01, A03, A07] (90g/186,3 kcal) Saldā mērce bērniem līdz 3 gadiem [A07] (5g/40,5 kcal) Piparmētru tēja bērniem līdz 3 gadiem (150g/7,8 kcal) Barankas bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/30,1 kcal)				Brokastis Mannas biezputra ar sviestu bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (180g/159,4 kcal) Kakao dzēriens bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (150g/55,9 kcal) Baltmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/60,0 kcal) Skolas piens(bezmaksas) gab [A07] (250g/100,0 kcal)			
15,2	50,6	10,4	353,7	7,2	38,2	6,4	233,1	16,0	32,4	14,3	320,8	18,1	32,2	8,6	264,7	15,7	51,5	12,1	375,3
Pusdienas Skābētu kāpostu zupa ar krējumu bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/63,9 kcal) Vārīti griķi bērniem līdz 3 gadiem [A07] (100g/179,0 kcal) Cūkgaļa saldā krējuma mērcē bērniem līdz 3 gadiem [A01, A07] (60g/120,0 kcal) Burkānu salāti bērniem līdz 3 gadiem (50g/19,2 kcal) Augļu - ogu sulas dzēriens bērniem līdz 3 gadiem (100g/28,5 kcal) Rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal)				Pusdienas Borščs ar krējumu bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/66,2 kcal) Kartupeļu biezenis bērniem līdz 3 gadiem [A07] (100g/113,4 kcal) Vārīti cīsiņi bērniem līdz 3 gadiem [A03, A09, A10] (60g/137,6 kcal) Diētiskie salāti bērniem līdz 3 gadiem (50g/17,5 kcal) Dzērveņu kompots bērniem līdz 3 gadiem (100g/8,4 kcal) Rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal)				Pusdienas Rasoļņiks ar krējumu bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/77,0 kcal) Rīsi ar sautētiem burkāniem un zaļajiem zirnīšiem 1-2 (100g/133,5 kcal) Vistas gaļas kotlete bērniem līdz 3 gadiem [A01, A03, A07] (60g/103,8 kcal) Svaigs tomāts bērniem līdz 3 gadiem (30g/5,2 kcal) Ķīselis bērniem līdz 3 gadiem [A01] (100g/33,7 kcal) Rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal)				Pusdienas Pupiņu zupa ar krējumu bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/75,2 kcal) Gaļas - kartupeļu sacepums bērniem līdz 3 gadiem [A01, A03, A07] (160g/226,0 kcal) Svaigu kāpostu salāti bērniem līdz 3 gadiem (50g/21,3 kcal) Kompots bērniem līdz 3 gadiem (100g/22,5 kcal) Rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal)				Pusdienas Zivju zupa ar krējumu bērniem līdz 3 gadiem [A04, A07] (150g/55,3 kcal) Vārīti grūbu putraimi bērniem līdz 3 gadiem [A07] (100g/152,0 kcal) Mājas desiņas bērniem līdz 3 gadiem [A01, A03, A07] (60g/116,7 kcal) Biešu salāti bērniem līdz 3 gadiem (50g/26,1 kcal) Ābolu kompots 1-2 (100g/12,8 kcal) Rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal)			
23,6	56,5	14,4	457,4	15,5	39,0	19,1	389,9	17,3	59,9	9,2	400,0	22,7	56,0	8,1	391,8	23,7	57,5	10,1	409,7
Launags Sautēti kartupeļi bērniem līdz 3 gadiem (100g/81,0 kcal) Gurķi skābēti bērniem līdz 3 gadiem (30g/8,1 kcal) Keffirs bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/75,0 kcal) Āboli bērniem līdz 3 gadiem (80g/43,1 kcal)				Launags Magoņmaizīte bērniem līdz 3 gadiem [A01, A03, A07] (55g/251,1 kcal) Piens bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/73,5 kcal) Bumbieri bērniem 1-2 (80g/44,9 kcal)				Launags Dārzeņu salāti ar olu bērniem līdz 3 gadiem [A03] (130g/80,4 kcal) Launaga rupjmaize bērniem līdz 3 gadiem [A01] (20g/46,8 kcal) Kumelīšu tēja bērniem līdz 3 gadiem (150g/7,8 kcal) Apelsīni bērniem līdz 3 gadiem (75g/30,0 kcal)				Launags Asorti biezputra bērniem līdz 3 gadiem [A07] (200g/178,3 kcal) Piens bērniem līdz 3 gadiem [A07] (150g/73,5 kcal) Banāni bērniem līdz 3 gadiem (60g/47,1 kcal)				Launags Zirņu biezputra ar sviestu bērniem līdz 3 gadiem [A07] (100g/142,4 kcal) Tēja bērniem līdz 3 gadiem (150g/7,8 kcal) Āboli bērniem līdz 3 gadiem (70g/38,6 kcal)			
7,8	31,8	5,5	207,2	13,2	59,7	8,8	369,5	6,0	30,6	1,8	165,0	11,0	45,2	8,2	298,9	9,2	34,3	3,4	188,8
Uzturvērtības kopā 46,6 138,9 30,3 1018,3 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 7,5000				Uzturvērtības kopā 35,9 136,9 34,3 992,5 Sāls(g): 1,0000 ; Cukurs(g): 13,5000				Uzturvērtības kopā 39,3 122,9 25,3 885,8 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 7,5000				Uzturvērtības kopā 51,8 133,4 24,9 955,4 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 14,5000				Uzturvērtības kopā 48,6 143,3 25,6 973,8 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 11,5000			