

## Ēdienkarte nedēļai: 04.02.2019 - 08.02.2019

### 11.pirmsskolas izglītības iestāde (maksas pakalpojumi) Grupa: 1-2

Pirmdiena 04.02.2019				Otrdiena 05.02.2019				Trešdiena 06.02.2019				Ceturtdiena 07.02.2019				Piektdiena 08.02.2019			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
<b>Brokastis</b> Kukurūzas biezputra(1-2) [A07] (200g/136,9 kcal) Kakao ar pienu(1-2) [A07] (150g/54,3 kcal) Cepumi(1-6) [A01] (15g/57,0 kcal) Skolas piens(1-6) [A07] (250g/100,0 kcal)				<b>Brokastis</b> Biezpiena -ābolu sacepums ar krējumu(1-2) [A01, A03, A07] (100g/192,8 kcal) Tēja(1-2) (150g/21,3 kcal) Mandarīni(1-6) (100g/45,9 kcal)				<b>Brokastis</b> Prošas biezputra(1-2) [A07] (200g/155,0 kcal) Tēja(1-2) (150g/21,3 kcal) siers(1-6) [A07] (15g/37,1 kcal) Skolas piens(1-6) [A07] (250g/100,0 kcal)				<b>Brokastis</b> Omlete(1-2) [A03, A07] (70g/82,4 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar papriku(1-2) (40g/26,2 kcal) Kafija ar pienu(1-2) [A01, A07] (150g/53,5 kcal) Sviestmaize(1-2) [A01, A07] (20g/62,9 kcal)				<b>Brokastis</b> Miežu putrainu biezputra(1-2) [A07] (200g/147,9 kcal) Tēja(1-2) (150g/21,3 kcal) siers(1-6) [A07] (15g/37,1 kcal) Skolas piens(1-6) [A07] (250g/100,0 kcal)			
13,1	46,4	12,3	348,2	15,4	32,7	7,8	260,0	13,1	36,8	12,9	313,4	9,1	17,6	13,2	225,0	13,5	36,0	12,3	306,3
<b>Pusdienas</b> Ķiploku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Dārzeni zupa no vistas gaļas ar krējumu(1-2) [A07] (150g/51,6 kcal) Vistas gaļas kotletes(1-2) [A01, A03] (60g/102,3 kcal) Makaroni ar sviestu(1-2) [A01, A07] (80g/101,6 kcal) Burkānu salāti ar riekstiem un majonēzi (1-2) [A08] (40g/49,3 kcal) Ķīselis no ābolu sulas(1-2) [A01] (100g/57,4 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/39,4 kcal)				<b>Pusdienas</b> Vistas gaļas buljons ar rīsiem(1-2) (150g/56,3 kcal) Viltotais zaķis no cūk.un lielop.gaļas (1-2) [A01, A03] (60g/100,5 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs(1-2) [A07] (50g/63,9 kcal) Sautēti kāposti 0,5 garnīrs(1-2) [A07] (50g/47,2 kcal) Sula ananāsu (1-2) (100g/44,0 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/39,4 kcal)				<b>Pusdienas</b> Ķiploku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Skābētu kāpostu zupa no vistas gaļas ar krējumu(1-2) [A07] (150g/77,9 kcal) Zivs mīklā (1-2) [A01, A03, A04, A07] (60g/112,7 kcal) Kartupeļu biezenis(1-2) [A07] (60g/70,9 kcal) Svaigu gurķu un tomātu salāti ar krējumu(1-2) [A07] (40g/14,2 kcal) Svaigu ogu (sald)dzeriens (1-2) (100g/38,5 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/39,4 kcal)				<b>Pusdienas</b> Borsčs no vistas gaļas ar krējumu(1-2) [A01, A07] (150g/70,0 kcal) Maltas gaļas mērce no cūk.un lielop. gaļas(1-2) [A01] (60g/126,0 kcal) Vārīti rīsi(1-2) [A07] (100g/121,3 kcal) Sv.tomāti(1-2) (40g/6,1 kcal) Citronu dzeriens ar medu(1-2) (100g/53,4 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/39,4 kcal)				<b>Pusdienas</b> Ķiploku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Zivju zupa ar krējumu(1-2) [A01, A04, A07] (150g/71,6 kcal) Mājas kotlete no cūk.un lielop.gaļas(1-2) [A01, A03] (60g/89,0 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs(1-2) [A07] (50g/63,9 kcal) Panetie ziedkāposti (1-2) [A01, A03, A07] (30g/54,3 kcal) Ābolu dzeriens ar aveņu ievārijumu(1-2) (100g/64,9 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/39,4 kcal)			
19,4	48,0	17,0	422,4	18,2	44,0	11,1	351,3	17,7	48,1	11,9	374,4	16,4	58,6	12,6	416,2	18,9	50,1	14,0	403,9
<b>Launags</b> Sautēti dārzeni(1-6) [A07] (150g/129,4 kcal) Konservēti gurķi(1-2) (29g/2,6 kcal) Tēja(1-2) (150g/21,3 kcal) Baltmaize (1-6) [A01] (15g/30,7 kcal)				<b>Launags</b> Mannas biezputra (1-2) [A01, A07] (200g/121,4 kcal) Kafija ar pienu(1-2) [A01, A07] (150g/53,5 kcal) Cepumi(1-6) [A01] (15g/57,0 kcal)				<b>Launags</b> Cīsiņi(1-2) [A03, A09, A10] (60g/120,0 kcal) Veselības salāti (sv.kāposti,burkāni un vār.biets)ar eļļu(1-2) (40g/35,6 kcal) Kakao ar pienu(1-2) [A07] (150g/54,3 kcal) Cepumi(1-6) [A01] (15g/57,0 kcal)				<b>Launags</b> Kartupeļu biezenis(launagam)(1-2) [A07] (150g/107,0 kcal) Skābētu kāpostu salāti(1-2) (40g/22,9 kcal) Tēja(1-2) (150g/21,3 kcal) Baltmaize (1-6) [A01] (15g/30,7 kcal)				<b>Launags</b> Rīsu piena zupa(1-6) [A07] (200g/112,7 kcal) Baltmaize ar medu(1-2) [A01] (25g/56,9 kcal) Apelsīni(1-6) (100g/39,0 kcal)			
4,2	30,0	5,4	184,0	7,0	35,7	6,8	231,9	10,7	19,0	17,4	266,9	4,4	30,8	4,5	181,9	5,0	36,6	4,7	208,6
<b>Uzturvērtības kopā</b> 36,7 124,4 34,7 954,6 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800)				<b>Uzturvērtības kopā</b> 40,6 112,4 25,7 843,2 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800)				<b>Uzturvērtības kopā</b> 41,5 103,9 42,2 954,7 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800)				<b>Uzturvērtības kopā</b> 29,9 107,0 30,3 823,1 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800)				<b>Uzturvērtības kopā</b> 37,4 122,7 31,0 918,8 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800)			
Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: med.māsa Z. Ignatjeva

produktus izsniedza noliktavas pārzine J. Ivanova  
produktus pieņēma pavārs O. Osipenko  
produktus pieņēma pavārs A. Giptere

## Ēdienkarte nedēļai: 04.02.2019 - 08.02.2019

### 11.pirmsskolas izglītības iestāde (maksas pakalpojumi) Grupa: 3-6

Pirmdiena 04.02.2019				Otrdiena 05.02.2019				Trešdiena 06.02.2019				Ceturtdiena 07.02.2019				Piektdiena 08.02.2019			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
<b>Brokastis</b> Kukurūzas biezputra(3-6) [A07] (200g/149,8 kcal) Kakao ar pienu(3-6) [A07] (200g/58,3 kcal) Cepumi(1-6) [A01] (15g/57,0 kcal) Skolas piens(1-6) [A07] (250g/100,0 kcal)				<b>Brokastis</b> Biezpiena-ābolu sacepums ar krējumu(3-6) [A01, A03, A07] (120g/237,2 kcal) Tēja(3-6) (200g/29,2 kcal) Mandarīni(1-6) (130g/59,7 kcal)				<b>Brokastis</b> Prosas biezputra(3-6) [A07] (200g/167,9 kcal) Tēja(3-6) (200g/29,2 kcal) siers(1-6) [A07] (15g/37,1 kcal) Skolas piens(1-6) [A07] (250g/100,0 kcal)				<b>Brokastis</b> Omlete(3-6) [A03, A07] (100g/117,0 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar papriku(3-6) (50g/35,9 kcal) Kafija ar pienu(3-6) [A01, A07] (200g/53,5 kcal) Sviestmaize(3-6) [A01, A07] (32g/96,1 kcal)				<b>Brokastis</b> Miežu putrainu biezputra(3-6) [A07] (200g/160,8 kcal) Tēja(3-6) (200g/29,2 kcal) siers(1-6) [A07] (15g/37,1 kcal) Skolas piens(1-6) [A07] (250g/100,0 kcal)			
13,1	47,4	13,8	365,1	18,6	44,1	8,7	326,1	13,1	38,8	14,4	334,2	12,7	22,9	17,8	302,5	13,5	38,0	13,8	327,1
<b>Pusdienas</b> Ķiploku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Dārzenu zupa no vistas gaļas ar krējumu (3-6) [A07] (200g/67,4 kcal) Vistas gaļas kotletes(3-6) [A01, A03] (80g/117,9 kcal) Makaroni ar sviestu(3-6) [A01, A07] (130g/168,7 kcal) Burkānu salāti ar riekstiem un majonēzi (3-6) [A08] (50g/62,1 kcal) Ķīselis no ābolu sulas(3-6) [A01] (150g/68,4 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				<b>Pusdienas</b> Vistas gaļas buljons ar rīsiem(3-6) (200g/73,8 kcal) Viltotais zaķis no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01, A03] (80g/108,2 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs (3-6) [A07] (65g/81,8 kcal) Sautēti kāposti 0,5 garnīrs(3-6) [A07] (65g/55,3 kcal) Sula ābolu (1-2) (100g/44,0 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				<b>Pusdienas</b> Ķiploku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Skābētu kāpostu zupa no vistas gaļas ar krējumu(3-6) [A07] (200g/85,7 kcal) Zivs mīklā (3-6) [A01, A03, A04, A07] (80g/149,4 kcal) Kartupeļu biezenis(3-6) [A07] (130g/154,1 kcal) Svaigu gurķu un tomātu salāti ar krējumu(3-6) [A07] (50g/15,4 kcal) Svaigu ogu(sald) dzeriens (3-6) (150g/52,6 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				<b>Pusdienas</b> Borsčs no vistas gaļas ar krējumu(3-6) [A01, A07] (200g/84,6 kcal) Maltas gaļas mērce no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01] (80g/136,9 kcal) Vārīti rīsi(3-6) [A07] (130g/161,5 kcal) Sv.tomāti(3-6) (50g/7,7 kcal) Citronu dzeriens ar medu(3-6) (150g/71,4 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				<b>Pusdienas</b> Ķiploku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Zivju zupa ar krējumu(3-6) [A01, A04, A07] (200g/90,9 kcal) Mājas kotlete no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01, A03] (80g/97,3 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs (3-6) [A07] (65g/81,8 kcal) Panetie ziedkāposti (3-6) [A01, A03, A07] (50g/82,5 kcal) Ābolu dzeriens ar avenju ievārījumu(3-6) (150g/66,2 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)			
25,1	65,5	22,4	564,4	21,4	53,7	13,3	422,2	24,2	72,2	16,2	537,1	20,4	74,7	15,5	521,2	23,4	61,7	17,3	498,6
<b>Launags</b> Sautēti dārzeņi(1-6) [A07] (200g/172,7 kcal) Konservēti gurķi(3-6) (38g/3,4 kcal) Tēja(3-6) (200g/29,2 kcal) Baltmaize (1-6) [A01] (15g/30,7 kcal)				<b>Launags</b> Mannas biezputra (3-6) [A01, A07] (200g/134,3 kcal) Kafija ar pienu(3-6) [A01, A07] (200g/53,5 kcal) Cepumi(1-6) [A01] (15g/57,0 kcal)				<b>Launags</b> Cīsiņi(3-6) [A03, A09, A10] (80g/160,0 kcal) Veselības salāti (Sv.kāposti,burkāni un vār.bietes) ar eļļu(3-6) (50g/37,5 kcal) Kakao ar pienu(3-6) [A07] (200g/58,3 kcal) Cepumi(1-6) [A01] (15g/57,0 kcal)				<b>Launags</b> Kartupeļu biezenis(launagam)(3-6) [A07] (200g/154,6 kcal) Skābētu kāpostu salāti(3-6) (50g/32,6 kcal) Tēja(3-6) (200g/29,2 kcal) Baltmaize (1-6) [A01] (15g/30,7 kcal)				<b>Launags</b> Rīsu piena zupa(1-6) [A07] (200g/112,7 kcal) Baltmaize ar medu(3-6) [A01] (35g/77,3 kcal) Apelsīni(1-6) (130g/50,7 kcal)			
5,2	38,2	7,0	236,0	7,0	35,7	8,3	244,8	13,0	20,3	21,2	312,8	5,5	39,0	7,6	247,1	6,0	43,3	4,9	240,7
<b>Uzturvērtības kopā</b> 43,4 151,1 43,2 1165,5 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				<b>Uzturvērtības kopā</b> 47,0 133,5 30,3 993,1 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				<b>Uzturvērtības kopā</b> 50,3 131,3 51,8 1184,1 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				<b>Uzturvērtības kopā</b> 38,6 136,6 40,9 1070,8 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				<b>Uzturvērtības kopā</b> 42,9 143,0 36,0 1066,4 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: med.māsa Z. Ignatjeva

produktus izsniedza noliktavas pārzine J. Ivanova  
produktus pieņēma pavārs O. Osipenko  
produktus pieņēma pavārs A. Giptere

## Ēdienkarte nedēļai: 04.02.2019 - 08.02.2019

11.pirmsskolas izglītības iestāde (maksas pakalpojumi)  
Grupa: personāls

Pirmdiena 04.02.2019				Otrdiena 05.02.2019				Trešdiena 06.02.2019				Ceturtdiena 07.02.2019				Piektdiena 08.02.2019			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
<b>Pusdienas</b> Ķīplokū pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Dārzenu zupa no vistas gaļas ar krējumu (3-6) [A07] (200g/67,4 kcal) Vistas gaļas kotletes(3-6) [A01, A03] (80g/117,9 kcal) Makaroni ar sviestu(3-6) [A01, A07] (130g/168,7 kcal) Burkānu salāti ar riekstiem un majonēzi (3-6) [A08] (50g/62,1 kcal) Ķīselis no ābolu sulas(3-6) [A01] (150g/68,4 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				<b>Pusdienas</b> Vistas gaļas buljons ar rīsiem(3-6) (200g/73,8 kcal) Viltotais zaķis no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01, A03] (80g/108,2 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs (3-6) [A07] (65g/81,8 kcal) Sautēti kāposti 0,5 garnīrs(3-6) [A07] (65g/55,3 kcal) Sula ananāsu (3-6) (150g/66,0 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				<b>Pusdienas</b> Ķīplokū pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Skābētu kāpostu zupa no vistas gaļas ar krējumu(3-6) [A07] (200g/85,7 kcal) Zivs mīklā (3-6) [A01, A03, A04, A07] (80g/149,4 kcal) Kartupeļu biezenis(3-6) [A07] (130g/154,1 kcal) Svaigu gurķu un tomātu salāti ar krējumu(3-6) [A07] (50g/15,4 kcal) Svaigu ogu(sald) dzeriens (3-6) (150g/52,6 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				<b>Pusdienas</b> Borsčs no vistas gaļas ar krējumu(3-6) [A01, A07] (200g/84,6 kcal) Maltas gaļas mērce no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01] (80g/136,9 kcal) Vārīti rīsi(3-6) [A07] (130g/161,5 kcal) Sv.tomāti(3-6) (50g/7,7 kcal) Citronu dzeriens ar medu(3-6) (150g/71,4 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				<b>Pusdienas</b> Ķīplokū pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Zivju zupa ar krējumu(3-6) [A01, A04, A07] (200g/90,9 kcal) Mājas kotlete no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01, A03] (80g/97,3 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs (3-6) [A07] (65g/81,8 kcal) Panetie ziedkāposti (3-6) [A01, A03, A07] (65g/107,2 kcal) Ābolu dzeriens ar aveņu ievārījumu(3-6) (150g/66,2 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)			
25,1	65,5	22,4	564,4	21,9	58,7	13,3	444,2	24,2	72,2	16,2	537,1	20,4	74,7	15,5	521,2	24,0	64,4	18,5	523,3
<b>Uzturvērtības kopā</b> 25,1 65,5 22,4 564,4 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				<b>Uzturvērtības kopā</b> 21,9 58,7 13,3 444,2 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				<b>Uzturvērtības kopā</b> 24,2 72,2 16,2 537,1 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				<b>Uzturvērtības kopā</b> 20,4 74,7 15,5 521,2 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				<b>Uzturvērtības kopā</b> 24,0 64,4 18,5 523,3 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu			

Sagatavoja: med.māsa Z. Ignatjeva  
produktus izsniedza noliktavas pārzine J. Ivanova  
produktus pieņēma pavārs O. Osipenko  
produktus pieņēma pavārs A. Giptere