

Ēdienkarte nedēļai: 07.01.2019 - 11.01.2019

11.pirmsskolas izglītības iestāde (maksas pakalpojumi)

Grupa: 1-2

Pirmdiena 07.01.2019				Otrdiena 08.01.2019				Trešdiena 09.01.2019				Ceturtdiena 10.01.2019				Piektdiena 11.01.2019			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis 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) Skolas piens(1-6) [A07] (250g/100,0 kcal)				Brokastis Piecgraudu pārslu biezputra(1-2) [A01, A07] (200g/142,7 kcal) Tēja(1-2) (150g/21,3 kcal) Sieriņi "Mazulis" (1-6) [A07] (40g/129,4 kcal)				Brokastis Omlete(1-2) [A03, A07] (70g/82,4 kcal) Veselības salāti (sv.kāposti,burkāni un vār.bietes)ar eļļu(1-2) (40g/35,6 kcal) Kafija ar pienu(1-2) [A01, A07] (150g/53,5 kcal) Sviestmaize(1-2) [A01, A07] (20g/62,9 kcal) Skolas piens(1-6) [A07] (250g/100,0 kcal)				Brokastis Nūdeles pienā(1-2) [A01, A07] (200g/135,9 kcal) Tēja(1-2) (150g/21,3 kcal) Cepumi(1-6) [A01] (15g/57,0 kcal)				Brokastis Prosas biezputra(1-2) [A07] (200g/155,0 kcal) Ābolu biezenis(1-2) (20g/15,7 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)			
13,3	43,2	11,8	331,9	7,7	37,5	12,5	293,4	15,3	25,6	19,0	334,4	5,8	35,9	5,4	214,2	13,1	40,6	12,9	329,1
Pusdienas Ķiploku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Vistas gaļas buljons ar rīsiem(1-2) (150g/56,3 kcal) Vistas gaļas kotletes(1-2) [A01, A03] (60g/102,3 kcal) Kartupeļu biezenis(3-6) [A07] (130g/154,1 kcal) Skābētu kāpostu salāti(1-2) (40g/22,9 kcal) Ķīselis no ābolu sulas(1-2) [A01] (100g/57,4 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/39,4 kcal)				Pusdienas Borsčs no vistas gaļas ar krējumu(1-2) [A01, A07] (150g/70,0 kcal) Pelmeņi no cūk.un lielop.gaļas ar krējumu (1-2) [A01, A03, A07] (130g/233,4 kcal) Dārzenu miks (1-2) (40g/5,3 kcal) Dzeriens no konservētiem augļiem (1-2) ķirsu (100g/67,1 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/39,4 kcal)				Pusdienas 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 0,5 garnīrs(1-2) [A07] (50g/63,9 kcal) Zālie zirnīsi cepti (1-2) [A07] (30g/21,9 kcal) Svaigu ogu dzeriens (1-2) (100g/39,2 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/39,4 kcal)				Pusdienas Zirņu zupa no vistas gaļas ar krējumu(1-2) [A07] (150g/127,0 kcal) Cīsiņi(1-2) [A03, A09, A10] (60g/120,0 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) Ābolu dzeriens ar aveņu ievārijumu(1-2) (100g/64,9 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/39,4 kcal)				Pusdienas Ķiploku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Skābētu zupa ar vistas gaļas, krējumu un olu(1-2) [A03, A07] (150g/81,8 kcal) Bifstroganovs no cūk.un lielop.gaļas(1-2) [A01, A07] (60g/136,0 kcal) Makaroni ar sviestu(1-2) [A01, A07] (100g/126,9 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)			
19,4	58,9	15,3	453,2	18,3	61,1	10,3	415,2	17,7	49,2	11,6	375,8	17,6	54,3	20,1	462,4	22,5	57,9	15,5	464,4
Launags Makaroni ar sviestu un sieru(1-2) [A01, A07] (130g/189,1 kcal) Tēja(1-2) (150g/21,3 kcal)				Launags Vinegrets(1-6) (180g/153,4 kcal) Kakao ar pienu(1-2) [A07] (150g/54,3 kcal) Sviestmaize(1-2) [A01, A07] (20g/62,9 kcal)				Launags Kukurūzas biezputra(1-2) [A07] (200g/136,9 kcal) Tēja(1-2) (150g/21,3 kcal) Rausis (1-6) [A01] (25g/48,1 kcal)				Launags Biezpiena-kartupeļu plācenīsi ar krēj(1-2) [A01, A03, A07] (120g/182,0 kcal) Kefīrs(1-2) [A07] (150g/75,0 kcal)				Launags Piena zupa ar klimpām(1-6) [A01, A03, A07] (200g/146,5 kcal) Baltmaize ar iebiezinātu pienu(1-2) [A01, A07] (30g/68,7 kcal)			
5,9	37,5	4,2	210,4	6,5	31,5	13,3	270,6	4,8	37,1	4,4	206,3	14,7	29,3	9,3	257,0	6,9	32,9	6,2	215,2
Uzturvērtības kopā 38,6 139,6 31,3 995,5 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800)				Uzturvērtības kopā 32,5 130,1 36,1 979,2 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800)				Uzturvērtības kopā 37,8 111,9 35,0 916,5 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800)				Uzturvērtības kopā 38,1 119,5 34,8 933,6 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800)				Uzturvērtības kopā 42,5 131,4 34,6 1008,7 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: 07.01.2019 - 11.01.2019

11.pirmsskolas izglītības iestāde (maksas pakalpojumi)

Grupa: 3-6

Pirmdiena 07.01.2019				Otrdiena 08.01.2019				Trešdiena 09.01.2019				Ceturtdiena 10.01.2019				Piektdiena 11.01.2019			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis 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) Skolas piens(1-6) [A07] (250g/100,0 kcal)				Brokastis Piecgraudu pārslu biezputra(3-6) [A01, A07] (200g/155,6 kcal) Tēja(3-6) (200g/29,2 kcal) Sieriņi "Mazulis" (1-6) [A07] (40g/129,4 kcal)				Brokastis Omlete(3-6) [A03, A07] (100g/117,0 kcal) Veselības salāti (Sv.kāposti,burkāni un vār.bietes) ar eļļu(3-6) (50g/37,5 kcal) Kafija ar pienu(3-6) [A01, A07] (200g/53,5 kcal) Sviestmaize(3-6) [A01, A07] (32g/96,1 kcal) Skolas piens(1-6) [A07] (250g/100,0 kcal)				Brokastis Nūdeles pienā(3-6) [A01, A07] (200g/177,7 kcal) Tēja(3-6) (200g/29,2 kcal) Cepumi(1-6) [A01] (15g/57,0 kcal)				Brokastis Prosas biezputra(3-6) [A07] (200g/167,9 kcal) Ābolu biezenis(3-6) (30g/23,6 kcal) Tēja(3-6) (200g/29,2 kcal) siers(1-6) [A07] (15g/37,1 kcal) Skolas piens(3-6) [A07] (200g/80,8 kcal)			
13,3	43,2	13,3	344,8	7,7	39,5	14,0	314,2	18,9	30,9	22,7	404,1	6,7	44,0	7,0	263,9	11,1	44,1	13,4	338,6
Pusdienas Ķiploku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Vistas gaļas buljons ar rīsiem(3-6) (200g/73,8 kcal) Vistas gaļas kotletes(3-6) [A01, A03] (80g/117,9 kcal) Kartupeļu biezenis(3-6) [A07] (130g/154,1 kcal) Skābētu kāpostu salāti(3-6) (50g/32,6 kcal) Ķīselis no ābolu sulas(3-6) [A01] (150g/68,4 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				Pusdienas Borsčs no vistas gaļas ar krējumu(3-6) [A01, A07] (200g/84,6 kcal) Pelmeņi no cūk.un lielop.gaļas ar sviestu un krējumu(3-6) [A01, A03, A07] (160g/279,7 kcal) Dārzenu miks (3-6) (50g/6,8 kcal) Dzeriens no konservētiem augļiem (3-6) ķīrsu (150g/87,3 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				Pusdienas 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 miklā (3-6) [A01, A03, A04, A07] (80g/149,4 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs (3-6) [A07] (65g/81,8 kcal) Zaļie zirnīsi cepti (3-6) [A07] (50g/42,5 kcal) Svaigu ogu(sald) dzeriens (3-6) (150g/52,6 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				Pusdienas Zirņu zupa no vistas gaļas ar krējumu(3-6) [A07] (200g/161,3 kcal) Cīsiņi(3-6) [A03, A09, A10] (80g/160,0 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) Ābolu dzeriens ar aveņu ievārijumu(3-6) (150g/66,2 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				Pusdienas Ķiploku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Skābeņu zupa ar vistas gaļu, krējumu un olu(3-6) [A03, A07] (200g/107,5 kcal) Bifstroganovs no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01, A07] (80g/136,5 kcal) Makaroni ar sviestu(3-6) [A01, A07] (130g/168,7 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)			
23,4	68,8	17,2	526,7	20,9	78,4	12,7	517,5	22,3	66,0	14,9	491,9	22,5	65,2	26,8	583,7	25,8	74,2	18,8	571,7
Launags Makaroni ar sviestu un sieru(3-6) [A01, A07] (150g/230,9 kcal) Tēja(3-6) (200g/29,2 kcal)				Launags Vinegrets(1-6) (180g/153,4 kcal) Kakao ar pienu(3-6) [A07] (200g/58,3 kcal) Sviestmaize(3-6) [A01, A07] (32g/96,1 kcal)				Launags Kukurūzas biezputra(3-6) [A07] (200g/149,8 kcal) Tēja(3-6) (200g/29,2 kcal) Rausis (1-6) [A01] (25g/48,1 kcal)				Launags Biezpiena-kartupeļu plācenīsi ar krējumu(3-6) [A01, A03, A07] (150g/204,3 kcal) Baltmaize ar iebiezinātu pienu(3-6) [A01, A07] (200g/100,0 kcal) Kefīrs(3-6) [A07] (200g/100,0 kcal)				Launags Piena zupa ar klimpām(1-6) [A01, A03, A07] (200g/146,5 kcal) Baltmaize ar iebiezinātu pienu(3-6) [A01, A07] (45g/101,7 kcal)			
6,8	45,6	5,8	260,1	7,2	36,7	14,8	307,8	4,8	39,1	5,9	227,1	17,9	31,7	12,1	304,3	7,9	39,1	6,6	248,2
Uzturvērtības kopā 43,5 157,6 36,3 1131,6 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				Uzturvērtības kopā 35,8 154,6 41,5 1139,5 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				Uzturvērtības kopā 46,0 136,0 43,5 1123,1 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				Uzturvērtības kopā 47,1 140,9 45,9 1151,9 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				Uzturvērtības kopā 44,8 157,4 38,8 1158,5 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			

Sagatavoja: med.māsa Z. Ignatjeva

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

Ēdienkarte nedēļai: 07.01.2019 - 11.01.2019

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

Pirmdiena 07.01.2019				Otrdiena 08.01.2019				Trešdiena 09.01.2019				Ceturtdiena 10.01.2019				Piektdiena 11.01.2019			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Pusdienas Ķīpoku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Vistas gaļas buljons ar rīsiem(3-6) (200g/73,8 kcal) Vistas gaļas kotletes(3-6) [A01, A03] (80g/117,9 kcal) Kartupeļu biezenis(3-6) [A07] (130g/154,1 kcal) Skābētu kāpostu salāti(3-6) (50g/32,6 kcal) Ķīselis no ābolu sulas(3-6) [A01] (150g/68,4 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				Pusdienas Borsčs no vistas gaļas ar krējumu(3-6) [A01, A07] (200g/84,6 kcal) Pelmeņi no cūk.un lielop.gaļas ar sviestu un krējumu(3-6) [A01, A03, A07] (160g/279,7 kcal) Dārzenu miks (3-6) (50g/6,8 kcal) Dzeriens no konservētiem augļiem (3-6) ķirsu (150g/87,3 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				Pusdienas Ķīpoku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Skābētu kāpostu zupa no vistas gaļas ar krējumu(3-6) [A07] (200g/85,7 kcal) Zivs miklā (3-6) [A01, A03, A04, A07] (80g/149,4 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs (3-6) [A07] (65g/81,8 kcal) Zaļie zirnīsi cepti (3-6) [A07] (50g/42,5 kcal) Svaigu ogu(sald) dzeriens (3-6) (150g/52,6 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				Pusdienas Zirņu zupa no vistas gaļas ar krējumu(3-6) [A07] (200g/161,3 kcal) Čiņģiņi(3-6) [A03, A09, A10] (80g/160,0 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) Ābolu dzeriens ar aveņu ievārījumu(3-6) (150g/66,2 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/59,1 kcal)				Pusdienas Ķīpoku pasta(1-6) [A07] (19g/20,8 kcal) Skābeņu zupa ar vistas gaļu, krējumu un olu(3-6) [A03, A07] (200g/107,5 kcal) Bifstroganovs no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01, A07] (80g/136,5 kcal) Makaroni ar sviestu(3-6) [A01, A07] (130g/168,7 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)			
23,4	68,8	17,2	526,7	20,9	78,4	12,7	517,5	22,3	66,0	14,9	491,9	22,5	65,2	26,8	583,7	25,8	74,2	18,8	571,7
Uzturvērtības kopā 23,4 68,8 17,2 526,7 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 20,9 78,4 12,7 517,5 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 22,3 66,0 14,9 491,9 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 22,5 65,2 26,8 583,7 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 25,8 74,2 18,8 571,7 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