

Ēdienkarte nedēļai: 28.06.2021 - 02.07.2021

11.pirmsskolas izglītības iestāde (maksas pakalpojumi)

Grupa: 1-2

Pirmdiena 28.06.2021				Otrdiena 29.06.2021				Trešdiena 30.06.2021				Ceturtdiena 01.07.2021				Piektdiena 02.07.2021			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis Griķu biezputra ar sviestu(1-2) [A07] (200g/128,3 kcal) Kafija ar iebiezinātu pienu(1-2) [A01, A07] (150g/45,5 kcal) Cepumi(1-6) [A01] (15g/48,3 kcal)				Brokastis Biezpiena -ābolu sacepums ar krējumu(1-2) [A01, A03, A07] (120g/190,0 kcal) Kakao ar pienu(1-2) [A07] (150g/48,7 kcal) Banāni(1-2) (70g/55,0 kcal)				Brokastis Piecgraudu pārslu biezputra(1-2) [A01, A07] (200g/138,5 kcal) Kafija ar pienu(1-2) [A01, A07] (150g/46,5 kcal) siers(1-6) [A07] (15g/25,1 kcal) Āboli (1-2) (100g/52,2 kcal)				Brokastis Kukurūzas biezputra(1-2) [A07] (200g/135,3 kcal) Kakao ar pienu(1-2) [A07] (150g/48,7 kcal) Sviestmaize(1-2) [A01, A07] (20g/56,9 kcal) Svaigas ogas (1-6) (100g/25,4 kcal)				Brokastis Omlete(1-2) [A03, A07] (70g/82,4 kcal) Redīsu-sv.gurķu salāti ar krējumu(1-2) [A07] (40g/13,5 kcal) Kafija ar pienu(1-2) [A01, A07] (150g/46,5 kcal) Sviestmaize(1-2) [A01, A07] (20g/56,9 kcal) Bumbieri(1-2) (100g/54,3 kcal)			
5,3	41,8	4,7	222,1	17,3	37,5	9,5	293,7	9,1	38,6	8,9	262,3	7,6	38,2	10,0	266,3	9,5	27,3	12,5	253,6
Pusdienas Vistas buljons ar zirnisiem un olu (1-2) [A03] (150g/42,8 kcal) Viltotais sitenis no vistas gaļas (1-2) [A01, A03] (60g/147,4 kcal) Makaroni ar sviestu(1-2) [A01, A07] (100g/112,9 kcal) Burkānu salāti ar riekstiem un majonēzi (1-2) [A08] (40g/57,0 kcal) Žāvētu plūmjū dzēriens (1-2) (100g/19,8 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/31,4 kcal)				Pusdienas Skābeņu zupa ar vistas gaļas, krējumu un olu(1-2) [A03, A07] (150g/68,4 kcal) Mājas desiņas no cuk.un lielop.gaļas(1-2) [A01, A03] (60g/86,3 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs(1-2) [A07] (50g/63,9 kcal) Sautētais dārzeņu maisījums (1-2) [A07] (50g/62,0 kcal) Svaigu ogu (sald)dzēriens (1-2) (100g/55,9 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/31,4 kcal)				Pusdienas Frikadeļu zupa no cuk.un lielop.gaļas ar krējumu(1-2) [A03, A07] (150g/86,1 kcal) Zivju kotletes ar cūkgaļu(1-2) [A01, A03, A04] (60g/85,3 kcal) Kartupeļu biezenis(1-2) [A07] (100g/118,2 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar papriku(1-2) (40g/26,2 kcal) Citronu dzēriens ar medu(1-2) (100g/45,0 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/31,4 kcal)				Pusdienas Biešu zupa no vistas gaļas ar krējumu (1-2) [A01, A07] (150g/67,3 kcal) Bifstroganovs no cuk.un lielop.gaļas(1-2) [A01, A07] (60g/111,5 kcal) Makaroni ar sviestu(1-2) [A01, A07] (100g/112,9 kcal) Dārzeņu miks (1-2) (40g/5,3 kcal) Rabarberu dzeriens ar zeveņu ievārijumu(1-2) (100g/41,4 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/31,4 kcal)				Pusdienas Vistas gaļas buljons ar makaroniem(1-2) [A01] (150g/40,2 kcal) Cīsiņi(1-2) [A03, A09, A10] (60g/129,0 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs(1-2) [A07] (50g/63,9 kcal) Sautēti kāposti ar tomātu mērci(1-2) [A01, A07] (50g/36,9 kcal) Ābolu dzēriens ar aveņu ievārijumu(1-2) (100g/57,9 kcal) Rupjmaize(1-2) [A01] (20g/31,4 kcal)			
20,6	39,3	19,6	411,3	20,5	40,3	14,4	367,9	21,8	52,9	11,1	392,2	20,6	52,9	9,0	369,8	13,9	41,3	15,9	359,3
Launags Sautēti dārzeņi(1-6) [A07] (150g/148,6 kcal) Konservēti gurķi(1-2) (30g/2,7 kcal) Tēja(1-2) (150g/14,3 kcal) Sviestmaize(1-2) [A01, A07] (20g/56,9 kcal) Zemenes (1-6) (134g/42,9 kcal)				Launags Mannas biezputra (1-2) [A01, A07] (200g/109,2 kcal) Jogurts(1-2) [A07] (150g/93,0 kcal) Baltmaize (1-6) [A01] (15g/24,7 kcal)				Launags Viltoti kāpostu tīteņi ar krējumu(1-6)-launagam. [A01, A07] (200g/162,2 kcal) Tēja(1-2) (150g/14,3 kcal) Sviestmaize(1-2) [A01, A07] (20g/56,9 kcal)				Launags Karstie zivju salāti(1-6) [A04] (80g/55,5 kcal) Kartupeļu biezenis(1-2) [A07] (100g/118,2 kcal) Tēja(1-2) (150g/14,3 kcal) Baltmaize (1-6) [A01] (15g/24,7 kcal)				Launags Biezputra "Asorti"(1-2) [A07] (200g/144,0 kcal) Jogurts(1-2) [A07] (150g/93,0 kcal) Baltmaize (1-6) [A01] (15g/24,7 kcal)			
6,3	42,7	8,4	265,4	7,5	34,0	7,1	226,9	4,9	27,0	12,5	233,4	12,0	30,1	5,5	212,7	8,0	41,1	7,6	261,7
Uzturvērtības kopā 32,2 123,8 32,7 898,8 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				Uzturvērtības kopā 45,3 111,8 31,0 888,5 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				Uzturvērtības kopā 35,8 118,5 32,5 887,9 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				Uzturvērtības kopā 40,2 121,2 24,5 848,8 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				Uzturvērtības kopā 31,4 109,7 36,0 874,6 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			

Sagatavoja: med.māsa Z. Ignatjeva

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

Ēdienkarte nedēļai: 28.06.2021 - 02.07.2021

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

Pirmdiena 28.06.2021				Otrdiena 29.06.2021				Trešdiena 30.06.2021				Ceturtdiena 01.07.2021				Piektdiena 02.07.2021			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis Griķu biezputra ar sviestu(3-6) [A07] (200g/166,5 kcal) Kafija ar iebiezinātu pienu(3-6) [A01, A07] (200g/62,8 kcal) Cepumi(1-6) [A01] (17g/54,7 kcal)				Brokastis Biezpiena-ābolu sacepums ar krējumu(3-6) [A01, A03, A07] (150g/200,8 kcal) Kakao ar pienu(3-6) [A07] (200g/45,5 kcal) Banāni(3-6) (75g/58,7 kcal)				Brokastis Piecgraudu pārslu biezputra(3-6) [A01, A07] (200g/133,2 kcal) Kafija ar pienu(3-6) [A01, A07] (200g/46,5 kcal) siers(1-6) [A07] (13g/21,2 kcal) Āboli (3-6) (88g/46,1 kcal)				Brokastis Kukurūzas biezputra(3-6) [A07] (200g/148,2 kcal) Kakao ar pienu(3-6) [A07] (200g/51,3 kcal) Sviestmaize(3-6) [A01, A07] (25g/65,1 kcal) Svaigas ogas (1-6) (100g/25,4 kcal) Aprikoses (1-6) (49g/18,9 kcal)				Brokastis Omlete(3-6) [A03, A07] (100g/117,0 kcal) Redīsu-sv.gurķu salāti ar krējumu(3-6) [A07] (50g/18,0 kcal) Kafija ar pienu(3-6) [A01, A07] (200g/46,5 kcal) Sviestmaize(3-6) [A01, A07] (25g/65,1 kcal) Bumbieri (3-6) (130g/70,6 kcal)			
6,5	52,1	6,8	284,0	18,1	40,7	9,2	305,0	7,9	35,2	9,3	247,0	12,1	41,1	11,5	308,9	12,9	33,6	15,2	317,2
Pusdienas Vistas buljons ar zirnisiem un olu (3-6) [A03] (200g/55,3 kcal) Viltotais sitenis no vistas gaļas(3-6) [A01, A03] (80g/190,1 kcal) Makaroni ar sviestu(3-6) [A01, A07] (130g/150,7 kcal) Burkānu salāti ar riekstiem un majonēzi (3-6) [A08] (30g/60,1 kcal) Žāvētu plūmjū dzēriens (3-6) (150g/22,0 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/47,1 kcal)				Pusdienas Skābeņu zupa ar vistas gaļu, krējumu un olu(3-6) [A03, A07] (200g/92,5 kcal) Mājas desiņas no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01, A03] (80g/121,9 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs (3-6) [A07] (65g/81,8 kcal) Sautētais dārzeņu maisījums (3-6) [A07] (65g/80,3 kcal) Svaigu ogu(sald) dzēriens (3-6) (150g/74,6 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/47,1 kcal)				Pusdienas Frikadeļu zupa no cūk.un lielop.gaļas ar krējumu(3-6) [A03, A07] (200g/104,3 kcal) Zivju kotletes ar cūkgaļu(3-6) [A01, A03, A04] (80g/96,1 kcal) Kartupeļu biezenis(3-6) [A07] (130g/154,1 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar papriku(3-6) (60g/44,9 kcal) Citronu dzēriens ar medu(3-6) (150g/61,4 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (25g/38,6 kcal)				Pusdienas Biešu zupa no vistas gaļas ar krējumu(3-6) [A01, A07] (200g/90,8 kcal) Bifstroganovs no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01, A07] (80g/113,3 kcal) Makaroni ar sviestu(3-6) [A01, A07] (130g/150,7 kcal) Dārzeņu mīks (3-6) (50g/6,8 kcal) Rabarberu dzeriens ar zemeņu ievārijumu(3-6) (150g/43,2 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/47,1 kcal)				Pusdienas Vistas gaļas buljons ar makaroniem(3-6) [A01] (200g/56,6 kcal) Cīsiņi(3-6) [A03, A09, A10] (80g/172,0 kcal) Kartupeļu biezenis 0,5 garnīrs (3-6) [A07] (65g/81,8 kcal) Sautēti kāposti ar tomātu mērci(3-6) [A01, A07] (65g/49,5 kcal) Ābolu dzēriens ar aveņu ievārijumu(3-6) (150g/71,2 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/47,1 kcal)			
28,7	50,0	23,8	525,3	29,9	56,4	17,7	498,2	25,9	66,9	15,1	499,4	23,6	64,0	12,0	451,9	18,4	53,5	21,7	478,2
Launags Sautēti dārzeņi(1-6) [A07] (150g/148,6 kcal) Konservēti gurķi(3-6) (40g/3,6 kcal) Tēja(3-6) (200g/19,4 kcal) Sviestmaize(3-6) [A01, A07] (25g/65,1 kcal) Zemenes (1-6) (134g/42,9 kcal)				Launags Mannas biezputra (3-6) [A01, A07] (200g/122,1 kcal) Jogurts(3-6) [A07] (184g/114,0 kcal) Baltmaize (1-6) [A01] (15g/24,7 kcal)				Launags Viltoti kāpostu tīteņi ar krējumu(1-6)-launagam. [A01, A07] (200g/162,2 kcal) Tēja(3-6) (200g/19,4 kcal) Sviestmaize(3-6) [A01, A07] (25g/65,1 kcal)				Launags Karstie zivju salāti(1-6) [A04] (80g/55,5 kcal) Kartupeļu biezenis(3-6) [A07] (130g/154,1 kcal) Tēja(3-6) (200g/19,4 kcal) Baltmaize (1-6) [A01] (15g/24,7 kcal)				Launags Biezputra "Asorti"(3-6) [A07] (200g/156,9 kcal) Jogurts(3-6) [A07] (200g/124,0 kcal) Baltmaize (1-6) [A01] (15g/24,7 kcal)			
6,7	46,1	8,4	279,6	8,2	37,0	9,3	260,8	5,2	30,4	12,5	246,7	12,9	36,4	7,2	253,7	9,0	45,6	10,1	305,6
Uzturvērtības kopā 41,9 148,2 39,0 1088,9 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 56,2 134,1 36,2 1064,0 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 39,0 132,5 36,9 993,1 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				Uzturvērtības kopā 48,6 141,5 30,7 1014,5 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 40,3 132,7 47,0 1101,0 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 noliktāvas pārzine J. Ivanova
produktus pieņēma pavārs O. Osipenko
produktus pieņēma pavārs A. Giptere

Ēdienkarte nedēļai: 28.06.2021 - 02.07.2021

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

Pirmdiena 28.06.2021				Otrdiena 29.06.2021				Trešdiena 30.06.2021				Ceturtdiena 01.07.2021				Piektdiena 02.07.2021			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Pusdienas Vistas buljons ar zirnisiem un olu (3-6) [A03] (200g/55,9 kcal) Viltotais sitenis no vistas gaļas(3-6) [A01, A03] (150g/340,9 kcal) Makaroni ar sviestu(3-6) [A01, A07] (200g/231,9 kcal) Burkānu salāti ar riekstiem un majonēzi (3-6) [A08] (100g/123,1 kcal) Žāvētu plūmju dzēriens (3-6) (150g/22,0 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/47,1 kcal)				Pusdienas Skābeņu zupa ar vistas gaļu, krējumu un olu(3-6) [A03, A07] (200g/93,6 kcal) Mājas desiņas no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01, A03] (140g/175,1 kcal) Kartupeļu biezenis(3-6) [A07] (130g/154,1 kcal) Sautētais dārzeņu maisījums (3-6) [A07] (130g/169,2 kcal) Svaigu ogu(sald) dzēriens (3-6) (150g/64,0 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/47,1 kcal)				Pusdienas Frikadeļu zupa no cūk.un lielop.gaļas ar krējumu(3-6) [A03, A07] (200g/110,4 kcal) Zivju kotletes ar cūkgaļu(3-6) [A01, A03, A04] (150g/180,3 kcal) Kartupeļu biezenis(3-6) [A07] (200g/237,1 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar papriku(3-6) (100g/71,8 kcal) Citronu dzēriens ar medu(3-6) (150g/59,3 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/47,1 kcal)				Pusdienas Biešu zupa no vistas gaļas ar krējumu(3-6) [A01, A07] (200g/100,0 kcal) Bifstroganovs no cūk.un lielop.gaļas(3-6) [A01, A07] (150g/211,3 kcal) Makaroni ar sviestu(3-6) [A01, A07] (200g/231,9 kcal) Dārzeņu miks (3-6) (100g/13,6 kcal) Rabarberu dzeriens ar zemeņu ievārijumu(3-6) (150g/43,2 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/47,1 kcal)				Pusdienas Vistas gaļas buljons ar makaroniem(3-6) [A01] (200g/56,6 kcal) Cisiņi(3-6) [A03, A09, A10] (150g/322,5 kcal) Kartupeļu biezenis(3-6) [A07] (130g/154,1 kcal) Sautēti kāposti ar tomātu mērci(3-6) [A01, A07] (130g/99,0 kcal) Ābolu dzēriens ar aveņu ievārijumu(3-6) (150g/71,2 kcal) Rupjmaize(3-6) [A01] (30g/47,1 kcal)			
43,7	70,3	41,0	820,9	38,1	63,4	33,7	703,1	40,7	85,4	23,5	706,0	37,0	85,6	18,3	647,1	29,7	69,1	40,0	750,5
Uzturvērtības kopā 43,7 70,3 41,0 820,9 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 38,1 63,4 33,7 703,1 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 40,7 85,4 23,5 706,0 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 37,0 85,6 18,3 647,1 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 29,7 69,1 40,0 750,5 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu			

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