



ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA SASKANĀ AR IZMAINĀM PRODUKTU PIEGĀDĒ UN PIEEJAMĪBU TIRGŪ.

		Ēdienkarte						
		Launags				2.nedēļa		
		Ēdienkarte derīga līdz nomaīnai						
Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Alerģēni	Daudzums +/-10%	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Launags	Mannas biezputra	A01;07	200	6.5	2.4	29.1	164
		Ievārījums		10	0.05	0.02	6.22	25
		Zaļā tēja		150	0.31	0.07	0.01	2
		Cukurs		3	0	0	2.99	12
				Kopā:	6.86	2.49	38.32	203
Otrdiena	Launags	Piena zupa ar nūdelēm	A01,07	250	7.99	5.56	24.26	179
		Kliju maize	A01	13	1.53	0.48	5.98	34
		Sviests	A07	3	0.02	2.46	0.03	22
								0
				Kopā:	9.54	8.5	30.27	236
Trešdiena	Launags	4/ graudu pārslu biezputra	A01;07	200	8.32	11.25	3.43	148
		Ievārījums		10	0.05	0.02	6.22	25
		Zaļā tēja		150	0.31	0.07	0.01	2
		Cukurs		3	0	0	2.99	12
				Kopā:	8.68	11.34	12.65	187
Ceturtdiena	Launags	Kefīra mīklas pankūciņas	A01;07;03	100	8.78	8.85	43.28	288
		Blenderētas ogas ar cukuru		10	0.095	0.015	3.54	15
		Melnā tēja		150	0.31	0.07	0.01	2
		Cukurs		3	0	0	2.99	12
				Kopā:	9.185	8.935	49.82	316
Piektdiena	Launags	Graudaugu pārslas ar pienu	A01;07	30/150	6.4	4.5	27.1	175
		Auglis		50	0.2	0.3	6.7	30
				Kopā:	6.6	4.8	33.8	205
ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA SASKANĀ AR IZMAIŅAM PRODUKTU PIEGĀDĒ UN PIEEJAMĪBU TIRGŪ.								

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Alerģēni	Daudzums +/-10%	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Launags	Kukurūzas putrainu biezputra	A07	200	4.5	1.95	24.6	134
		Blenderētas ogas ar cukuru		20	0.19	0.03	7.08	29
		Kakao ar pienu	A07	150	2.28	1.81	2.96	37
		Cukurs		3	0	0	2.99	12
<i>Kopā:</i>					6.97	3.79	37.63	213
Otrdiena	Launags	Ābolu - mannas pirāgs	A01;07;03	100	5	7	35.8	226
		Melnā tēja		150	0.31	0.07	0.01	2
		Citrons		3	0.02	0.02	0.1	1
		Cukurs		3	0	0	2.99	12
<i>Kopā:</i>					5.33	7.09	38.9	241
Trešdiena	Launags	Auzu pārslu biezputra	A01;07	200	5.72	3.5	21.96	142
		Blenderētas ogas ar kukurū		20	0.19	0.03	7.08	29
		Melnā tēja		150	0.31	0.07	0.01	2
		Cukurs		3	0	0	2.99	12
<i>Kopā:</i>					6.22	3.6	32.04	185
Ceturtdiena	Launags	Kartupeļu pankūkas	A01;07	120	4.47	15.71	25.75	262
		Krējums, skābais 20%	A07	10	0.3	2	0.44	21
		Karkadē tēja		150	0.24	0.07	0.62	4
		Cukurs		3	0	0	2.99	12
<i>Kopā:</i>					5.01	17.78	29.8	299
Piektdiena	Launags	Rauga mīklas pufīgās pankūciņas	A01;07;03	100	5.5	8.65	28.84	215
		Ievārījums		10	0.05	0.02	6.22	25
		Melnā tēja		150	0.31	0.07	0.62	4
		Cukurs		3	0	0	2.99	12
<i>Kopā:</i>					5.86	8.74	38.67	257

ĒDIENKARTE VAR TIKT MAIŅĪTA SASKANĀ AR IZMAIŅNĀM PRODUKTU PIEGĀDĒ UN PIEEJA MĪBU TIRGŪ.

4.nedēļa

ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA SASKANĀ AR IZMAINAM PRODUKTU PIEGĀDĒ UN PIEEJA MĪBU TIRGŪ.