SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4klasei 2 nedēļa Rudens, Bez piena produktiem (44)

PIRMDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-301/1	Dārzeņu zupa_ *(Rīsu piens)*	1	200	1.46	3.15	8.89	71.48
K-1/2	Rudzu maize/ *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	15	0.88	0.14	7.35	34.20
K-474/1	Maltās gaļas tomātu mērce	1	80	7.96	14.49	3.55	176.70
K-703	Griķi, vārīti	1	130	6.76	1.56	37.44	178.36
K-140/1	Redīsu-gurķu salāti ar eļļu	1	50	0.45	2.04	1.02	24.41
K-980	Ūdens ar citronu	1	200	0.09	0.01	0.30	1.65
				17.60	**21.39**	**58.55**	**486.80**
KOPĀ:	**100%**			**17.60**	**21.39**	**58.55**	**486.80**

Pievienotais sāls 1.5 grami | Dārzeņi 103.6 grami

Pievienotais cukurs 0 grami | Gaļa, zivs 40 grami | Piena produkti 0 grami

Augļi un ogas 10 grami | Kartupeļi 40 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu piegādē un pieejamību tirgū!

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4klasei 2 nedēļa Rudens, Bez piena produktiem (44)

OTRDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-313/1	Boršč̄s ar kartupeļiem	1	200	2.69	3.95	9.35	84.10
K-430/1	Cūkgaļas stroganovs/ *(Milti kviešu a/l (*A 01))*	1	80	7.54	11.75	3.02	148.03
K-735	Vārītas pērļu grūbas *(Pērļu grūbas (*A 01))*	1	150	4.34	1.36	42.78	200.76
K-108/1	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu/	1	50	0.71	2.53	2.92	35.54
K-940	Sīrupa dzēriens	1	200	0.00	0.00	16.50	66.00
K-2115	Augļu plate (ābols, bumbieris)	1	50/50	0.40	0.55	9.65	45.15
K-1/2	Rudzu maize/ *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	15	0.88	0.14	7.35	34.20
				16.56	**20.28**	**91.57**	**613.78**
KOPĀ:	**100%**			**16.56**	**20.28**	**91.57**	**613.78**

Pievienotais sāls 1.7 grami | Dārzeņi 112.8 grami
Pievienotais cukurs 1 grami | Gaļa, zivs 47 grami | Piena produkti 0 grami
Augļi un ogas 101 grami | Kartupeļi 24 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu piegādē un pieejamību tirgū!

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4klasei 2 nedēļa Rudens, Bez piena produktiem (44)

TREŠDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
	Kāpostu-tomātu zupa/ *(Selerija sakne (*A 09))*	1	200	1.85	4.18	8.95	79.82
K-407	Vistas gaļas kotlete *(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Olas (*A 03) , Rīvmaize (*A 01))*	1	70	12.92	12.05	12.59	211.73
K-714/P	Rīsi ar krāsainiem dārzeņiem*	1	130	3.34	1.85	33.67	167.44
K-100/1	Svaigu burkānu salāti ar eļļu/	1	50	0.57	2.54	3.67	41.97
K-979	Ūdens ar apelsīnu	1	200	0.09	0.02	0.81	3.78
K-2/3	Saldskābmaize* *(Maize saldskābā NPKS(*A 01))*	1	20	0.94	0.19	9.46	43.20
				19.71	**20.83**	**69.15**	**547.94**
KOPĀ:	**100%**			**19.71**	**20.83**	**69.15**	**547.94**

Pievienotais sāls 1.4 grami | Dārzeņi 129 grami

Pievienotais cukurs 0.5 grami | Gaļa, zivs 63 grami | Piena produkti 0 grami

Augļi un ogas 10.4 grami | Kartupeļi 28 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu piegādē un pieejamību tirgū!

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4klasei 2 nedēļa Rudens, Bez piena produktiem (44)

CETURTDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-306	Frikadeļu zupa *(Olas (*A 03))*	1	200/30	8.44	10.19	10.57	169.63
K-707	Makaroni *(Makaroni radziņi NPKS (*A 01))*	1	150	6.03	0.64	40.43	191.57
K-185/1	Tomāti ar dillēm	1	50	0.56	0.10	1.92	10.85
K-940	Sīrupa dzēriens	1	200	0.00	0.00	16.50	66.00
K-43	Rudzu maize ar sēkliņām *(Rudzu maize ar sēkliņām (*A 01))*	1	20	2.66	3.82	9.98	68.80
K-2109	Auglis plūmes	1	80	0.48	0.16	8.16	38.64
				18.17	**14.91**	**87.56**	**545.49**
KOPĀ:	**100%**			**18.17**	**14.91**	**87.56**	**545.49**

Pievienotais sāls 1 grami | Dārzeņi 77 grami
Pievienotais cukurs 0 grami | Gaļa, zivs 37 grami | Piena produkti 0 grami
Augļi un ogas 80 grami | Kartupeļi 56 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu piegādē un pieejamību tirgū!

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4klasei 2 nedēļa Rudens, Bez piena produktiem (44)

PIEKTDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-440	Cūkgaļas šnicele *(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Olas (*A 03) , Rīvmaize (*A 01))*	1	70	12.55	15.41	11.85	237.66
K-701/1	Kartupeļi, vārīti_	1	150	3.00	0.15	22.20	105.30
K-554	Tomātu-rīsu piena mērce *(Rīsu piens, Milti kviešu a/l (*A 01))*	1	50	0.38	2.12	2.77	31.42
K-200/1	Svaigu kāpostu-gurķu salāti ar eļļu/	1	50	0.68	2.55	2.66	33.85
K-810	Ābolu-upeņu uzpūtenis ar spec. pienu *(Mannā putraimi (*A 01) , Rīsu piens)*	1	100/150	1.70	3.06	39.52	193.90
				18.31	**23.29**	**79.00**	**602.13**
KOPĀ:	**100%**			**18.31**	**23.29**	**79.00**	**602.13**

Pievienotais sāls 0.8 grami | Dārzeņi 49 grami
Pievienotais cukurs 12.5 grami | Gaļa, zivs 56 grami | Piena produkti 0 grami
Augļi un ogas 40.5 grami | Kartupeļi 150 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

VIDĒJI:	**18.07**	**20.14**	**77.17**	**559.23**
KOPĀ:	**90.35**	**100.70**	**385.83**	**2796.14**

Pievienotais sāls 6.4 grami | Dārzeņi 471.4 grami
Pievienotais cukurs 14 grami | Gaļa, zivs 243 grami | Piena produkti 0 grami
Augļi un ogas 241.9 grami | Kartupeļi 298 grami | Siers, biezpiens 0 grami

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu piegādē un pieejamību tirgū!