SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4.klase 3.nedēļa Rudens,Bez latozes (44)

PIRMDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-305	Sakņu zupa	1	200	3.83	4.00	13.79	105.45
K-408	Cūkgaļas plovs	1	200	12.03	14.14	50.28	380.02
K-119	Burkānu-svaigu gurķu salāti ar eļļu/	1	50	0.51	2.55	3.46	40.03
K-940	Sīrupa dzēriens	1	200	0.00	0.00	16.50	66.00
K-1/2	Rudzu maize/ *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	15	0.88	0.14	7.35	34.20
				17.25	**20.83**	**91.38**	**625.70**
KOPĀ:	**100%**			**17.25**	**20.83**	**91.38**	**625.70**

Pievienotais sāls 1.2 grami | Dārzeņi 147 grami

Pievienotais cukurs 1 grami | Gaļa, zivs 47 grami | Piena produkti 0 grami

Augļi un ogas 0 grami | Kartupeļi 60 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

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

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4.klase 3.nedēļa Rudens,Bez latozes (44)

OTRDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-439	Tefteļi spec.piena-tomātu mērcē *(Olas (*A 03) , Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Miti kviešu a/l (*A 01) , Rīsu piens, Milti kviešu a/l (*A 01))*	1	80/50	12.86	13.15	22.44	259.97
K-704	Makaroni, vārīti *(Makaroni radziņi NPKS (*A 01))*	1	130	5.41	2.07	36.24	185.26
K-138/1	Ķīnas kāpostu-zaļumu salāti/	1	50	0.49	2.01	1.92	27.67
K-810/1	Ābolu uzpūtenis ar spec.pienu/ *(Mannā putraimi (*A 01) , Rīsu piens)*	1	150/180	2.32	3.87	46.53	232.07
K-980	Ūdens ar citronu	1	200	0.09	0.01	0.30	1.65
K-1/2	Rudzu maize/ *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	15	0.88	0.14	7.35	34.20
				22.05	**21.25**	**114.78**	**740.82**
KOPĀ:	**100%**			**22.05**	**21.25**	**114.78**	**740.82**

Pievienotais sāls 0.7 grami | Dārzeņi 55 grami

Pievienotais cukurs 10.5 grami | Gaļa, zivs 53 grami | Piena produkti 0 grami

Augļi un ogas 71 grami | Kartupeļi 0 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

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

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4.klase 3.nedēļa Rudens,Bez latozes (44)

TREŠDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-314	Pupiņu zupa (Grūbas (*A01))	1	200	6.22	4.03	22.68	154.36
K-453	Rudens dārzeņu-gaļas sautēj.	1	250	13.28	16.76	25.50	308.47
K-144/1	Marinēts gurķis	1	35	0.18	0.00	1.05	4.90
K-940	Sīrupa dzēriens	1	200	0.00	0.00	16.50	66.00
K-1/2	Rudzu maize/ (Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))	1	15	0.88	0.14	7.35	34.20
K-2103/	Auglis ābols	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				20.96	**21.73**	**82.88**	**615.93**
KOPĀ:	**100%**			**20.96**	**21.73**	**82.88**	**615.93**

Pievienotais sāls 1.3 grami | Dārzeņi 187 grami
Pievienotais cukurs 0 grami | Gaļa, zivs 55 grami | Piena produkti 0 grami
Augļi un ogas 100 grami | Kartupeļi 205 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

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

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4.klase 3.nedēļa Rudens,Bez latozes (44)

CETURTDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-316	Svaigu kāpostu zupa	1	200	3.85	4.03	11.57	94.27
K-402	Cūkgaļas kotlete *(Olas (*A 03) , Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Rīvmaize (*A 01))*	1	70	12.76	17.46	12.46	259.69
K-703	Griķi, vārīti	1	130	6.76	1.56	37.44	178.36
K-552	Spec.piena mērce *(Rīsu piens, Milti kviešu a/l (*A 01))*	1	50	0.50	2.08	6.18	45.77
K-160/	Dāzeņu salāti ar ķiploku	1	50	0.86	2.55	3.66	38.25
K-905	Karkadē dzēriens	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
K-1/2	Rudzu maize/ *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	15	0.88	0.14	7.35	34.20
				25.62	**27.82**	**83.65**	**670.58**
KOPĀ:	**100%**			**25.62**	**27.82**	**83.65**	**670.58**

Pievienotais sāls 1.5 grami | Dārzeņi 134 grami
Pievienotais cukurs 6 grami | Gaļa, zivs 60 grami | Piena produkti 0 grami
Augļi un ogas 2 grami | Kartupeļi 35 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

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

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4.klase 3.nedēļa Rudens,Bez latozes (44)

PIEKTDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-346-1	Dārzeņu zupa ar nūdelēm/ *(Makaroni nūdeles (*A 01))*	1	200	3.59	3.25	23.00	138.17
K-437/1	Boloņas mērce/	1	80	7.99	15.03	3.17	180.72
K-701/1	Kartupeļi, vārīti_	1	150	3.00	0.15	22.20	105.30
K-120	Biešu salāti ar ķiploku un eļļu/	1	50	0.72	2.55	4.79	44.94
K-850	Kakao ķīselis ar spec.pienu *(Rīsu piens, Rīsu piens)*	1	100/100	2.11	4.66	42.76	223.43
K-1/2	Rudzu maize/ *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	15	0.88	0.14	7.35	34.20
				18.29	**25.78**	**103.27**	**726.76**
KOPĀ:	**100%**			**18.29**	**25.78**	**103.27**	**726.76**

Pievienotais sāls 1.2 grami | Dārzeņi 108.8 grami
Pievienotais cukurs 10.5 grami | Gaļa, zivs 40 grami | Piena produkti 0 grami
Augļi un ogas 0 grami | Kartupeļi 230 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

VIDĒJI:	**20.83**	**23.48**	**95.19**	**675.96**
KOPĀ:	**104.17**	**117.41**	**475.96**	**3379.79**

Pievienotais sāls 5.9 grami | Dārzeņi 631.8 grami
Pievienotais cukurs 28 grami | Gaļa, zivs 255 grami | Piena produkti 0 grami
Augļi un ogas 173 grami | Kartupeļi 530 grami | Siers, biezpiens 0 grami

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