

Handwritten signature

Launags	Ķirbju mīklas pankūciņas	*A01,03	100	17,7	22,4	45	475
	Tēja		120	5,5	7,9	27,6	205
	Skolas auglis		100	0,3	0,1	6	26
	Skolas piens	*A07	200	0,3	0,6	11,4	54
				6,4	4	9	96
				12,5	12,6	54	381
	Kopā dienā :			41,9	29,1	139,4	1152
Piektiena Brokastis	Prosas biezputra ar ievārījumu	*A01,07	120/10	4,2	2,3	24	116
	Sviestmaize ar vistas gaļu	*A01,07	100/25	9,2	14,4	23,1	259
	Liepziņu tēja ar cukuru		150/6	0	0	6	24
				13,4	16,7	53,1	399
Pusdienas	Veģetārā zirņu zupa		150	5,1	5,2	16,8	130
	Pasta ar rīvētu puscieto sieru	*A01,07	40/110	11,3	13	14,8	225
	Svaigu kāpostu un burkānu salāti		60	0,8	3,1	4	32
	Rudzu maize	*A01	20	1,4	0,2	8,3	52
	Ogu morss		120	0,1	0	6,3	37
				18,7	21,5	50,2	476
Launags	Jogurts	*A07	150	5,4	3	17,7	126
	Olā cepta maizīte	*A01,03,07	30	2,3	5,2	12,6	106
	Skolas auglis		100	0,3	0,6	11,4	54
				8	8,8	41,7	286
	Kopā dienā :			40,1	47	145	1161

ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA SASKANĀ AR IZMAIŅAM PRODUKTU PIEGĀDĒ UN PIEJAMĪBU TIRGŪ.

Ēdienkarte sastādīta ņemot vērā MK noteikumu Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem (no 13.03.2012)” grozījumiem (21.08.2018.)

Izglītojamie	Enerģētiskā vērtība (kcal)	Olbaltumvielas (g)	Tauki (g)	Ogļhidrāti (g)
3-6 gadi	860-1170	22-44	29-52	97-176

ALERĢĒNI:

- *A 01- Kvieši, rudzi, mieži, auzas
- *A 02- Vēžveidīgie un to produkti
- *A 03- Olas un to produkti
- *A 04- Zivis un to produkti
- *A 05- Zemesrieksti un to produkti
- *A 06- Sojas pupas un to produkti
- *A 07- Piens un tā produkti
- *A 08- Rieksti, t.i., mandeļi, lazdu rieksti, valrieksti, Indijas rieksti, Brazīlijas rieksti, pistācijai rieksti un to produkti
- *A 09- Selerijas un to produkti
- *A 10- Sinepes un to produkti
- *A 11- Sezama sēklas un to produkti
- *A 12- Sēra dioksīds un sulfīti
- *A 13- Lupiņa un tās produkti
- *A 14- Gliemji un to produkti