

SIA ANIVA

**Ēdienkarte**

Viktorija Georgijčuka

10-12klasei 1.nedēļa Ziemas sezona

SASKAŅOTS  
Bauskas Valsts ģimnāzijas direktore  
L. Gerge  
Bauskā, 24. 11.

Pirmdiena, 28.11.2022

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
<b>Pusdienas 100%</b>							
K-301	Siera-dārzenu zupa (Siers Krēmsiers NPKS (*A 07), Krējums saldo 35%NPKS (*A 07))	1	250	3.63	10.74	15.63	176.79
K-404/1	Cūkgaļas gulašs ar dārzeni (Milti kviešu a/1 NPKS(*A 01), Krējums saldo 35%NPKS (*A 07))	1	100	10.13	18.95	6.41	237.28
K-703/1	Griķi, vārīti	1	150	8.84	2.04	48.96	233.24
K-100/2	Svaigu burkānu salāti ar eļļu	1	70	1.89	6.21	6.35	91.93
K-940	Sīrupa dzēriens	1	200	0.06	0.03	14.58	59.40
K-1	Rudzu maize (Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))	1	30	1.77	0.27	14.70	68.40
K-934	Piens (Piens 2.0% (*A07))	1	200	6.00	4.00	9.40	98.00
				<b>32.32</b>	<b>42.24</b>	<b>116.03</b>	<b>965.04</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>				<b>32.32</b>	<b>42.24</b>	<b>116.03</b>	<b>965.04</b>
Pievienotais sāls 1.75 grami		Dārzeni 132.5 grami					
Pievienotais cukurs 1.5 grami		Gaļa, zivs 50 grami		Piena produkti 216 grami			
Augļi un ogas 0 grami		Kartupeļi 75 grami		Siers, biezpiens 20 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

Otrdiena, 29.11.2022

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
<b>Pusdienas 100%</b>							
K-313	Borščs ar kartupeļiem un krējumu (Selerija sakne (*A 09), Krējums skābs 20%(*A 07))	1	250/10	4.42	8.36	18.43	165.61
K-407	Vistas gaļas kotlete (Maize-baltmaize NPKS(*A01), Olas, NPKS (*A 03), Rīvmaize (*A 01))	1	70	11.93	13.37	9.57	207.68
K-735	Vārītas pērļu grūbas (Pērļu grūbas (*A 01))	1	150	4.34	1.36	42.78	200.76
K-551/1	Krējuma mērce/ (Milti kviešu a/1 NPKS(*A 01), Krējums skābs 20%(*A 07))	1	70	1.21	6.77	4.80	84.94
K-112/2	Vitamīnu salāti	1	80	1.07	3.59	5.30	55.33
K-940	Dzēriens	1	200	0.06	0.03	14.58	59.40
K-1	Rudzu maize (Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))	1	30	1.77	0.27	14.70	68.40
K-2103/	Auglis ābols	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				<b>25.20</b>	<b>34.55</b>	<b>119.96</b>	<b>890.12</b>
<b>KOPĀ: 100%</b>				<b>25.20</b>	<b>34.55</b>	<b>119.96</b>	<b>890.12</b>
Pievienotais sāls 1.175 grami		Dārzeni 182 grami					
Pievienotais cukurs 5.2 grami		Gaļa, zivs 70 grami		Piena produkti 31 grami			
Augļi un ogas 103 grami		Kartupeļi 33 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

Trešdiena, 30.11.2022

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
---------	--------------------------------	-------	---------	-----------	-------	------------	------

Papildus tiek nodrošināta LAD programma

"Skolas piens un auglis" 3 x nedēļā

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktū

piegādē un pieejamību tirgū!

Garais pasūtīj. 10-12klasei

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

21.11.2022 14:17:35 Lapa Nr. 1

Pusdienas		100%					
K-317	Šķelto zirņu zupa ar gaļu/krējums (Krējums skābs 20%(*A 07), Gaļa kūpināta gaļa (*A 06))	1	250/10	9.10	8.50	19.66	193.16
K-430	Cūkgaļas stroganovs (Milti kviešu a/l NPKS(*A 01), Krējums skābs 20%(*A 07))	1	100	9.71	17.42	4.08	212.11
K-701	Kartupeļi, vārīti <i>Rīsi</i>	1	200	4.10	0.20	30.34	143.91
K-190/4	Ābolu-ķirbju salāti ar burkāniem un eļļu	1	70	0.68	3.68	5.64	60.27
K-905	Karkadē dzēriens	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
K-934	Piens (Piens 2.0% (*A07))	1	200	6.00	4.00	9.40	98.00
K-1	Rudzu maize (Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))	1	30	1.77	0.27	14.70	68.40
K-2103/	Auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				<b>31.77</b>	<b>34.87</b>	<b>101.60</b>	<b>855.87</b>
<b>KOPĀ:</b>		<b>100%</b>		<b>31.77</b>	<b>34.87</b>	<b>101.60</b>	<b>855.87</b>
Pievienotais sāls 1.7 grami		Dārzeņi 86 grami					
Pievienotais cukurs 8.7 grami		Gaļa, zivs 67 grami		Piena produkti 220 grami			
Augļi un ogas 117.5 grami		Kartupeļi 255 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

#### Ceturtdina, 01.12.2022

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
<b>Pusdienas</b>		<b>100%</b>					
K-425	Cūkgaļas cīsiņi	1	60	8.55	7.01	0.97	101.40
K-702/2	Rīsi, vārīti <i>Kartupeļi</i>	1	170	5.76	3.06	62.48	304.98
K-554/1	Tomātu-krējuma mērce (Krējums salds 35%NPKS (*A 07), Milti kviešu a/l NPKS(*A 01))	1	70	0.85	7.94	3.50	88.48
K-111/2	Svaigu kāpostu-burkānu salāti	1	80	1.23	3.58	5.49	56.30
K-862	Jogurta krēms (Jogurts ar mango NPKS (*A 07), Krējums salds 35%NPKS (*A 07))	1	70	1.91	9.55	13.34	128.16
K-836	Ogu ķīselis	1	150	0.18	0.04	15.23	61.95
K-979	Ūdens ar apelsīnu	1	200	0.09	0.02	0.81	3.78
K-2/2	Saldskābmaize/ (Maize saldskābā NPKS(*A 01))	1	40	1.88	0.38	18.92	86.40
K-2103/	Auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				<b>20.85</b>	<b>32.38</b>	<b>130.54</b>	<b>879.45</b>
<b>KOPĀ:</b>		<b>100%</b>		<b>20.85</b>	<b>32.38</b>	<b>130.54</b>	<b>879.45</b>
Pievienotais sāls 0.85 grami		Dārzeņi 75.6 grami					
Pievienotais cukurs 16.8 grami		Gaļa, zivs 60 grami		Piena produkti 79 grami			
Augļi un ogas 125 grami		Kartupeļi 0 grami		Siers, biezpiens 0 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

#### Piektdiena, 02.12.2022

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
<b>Pusdienas</b>		<b>100%</b>					
K-316/1	Svaigu kāpostu zupa/krējums (Krējums skābs 20%(*A 07))	1	250/10	5.20	7.44	14.56	142.85
K-429/1	Vistas gabaliņi ar dārzeņiem/ (Sviests 82% (*A 07))	1	100	9.26	12.16	6.36	171.93
K-704/2	Makaroni, vārīti (Makaroni-pilngraudu (A*01))	1	170	7.62	4.00	48.96	268.66
K-120/1	Biešu salāti ar ķiploku un eļļu	1	100	1.43	5.09	9.57	89.83
K-940	Sīrupa dzēriens	1	200	0.00	0.00	16.50	66.00
K-43/1	Rudzu maize ar sēkliņām/ (Rudzu maize ar sēkliņām (*A 01))	1	30	3.99	5.73	14.97	103.20

Papildus tiek nodrošināta LAD programma

"Skolas piens un auglis" 3 x nedēļā

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu

piegādē un pieejamību tirgū!

Garais pasūtīj. 10-12klasei

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS" 21.11.2022 14:17:35 Lapa Nr. 2

			<b>27.50</b>	<b>34.42</b>	<b>110.92</b>	<b>842.47</b>
<b>KOPĀ:</b>	<b>100%</b>		<b>27.50</b>	<b>34.42</b>	<b>110.92</b>	<b>842.47</b>
Pievienotais sāls 1.65 grami	Dārzeni 230.3 grami					
Pievienotais cukurs 1 grami	Gaļa, zivs 60 grami	Piena produkti 14 grami				
Augļi un ogas 0 grami	Kartupeļi 45 grami	Siers, biezpiens 0 grami				
<i>(Slipā rakstā norādīti alergēni)</i>						
<b>VIDĒJI:</b>			<b>27.53</b>	<b>35.69</b>	<b>115.81</b>	<b>886.59</b>
<b>KOPĀ:</b>			<b>137.64</b>	<b>178.46</b>	<b>579.05</b>	<b>4432.95</b>
Pievienotais sāls 7.125 grami	Dārzeni 706.4 grami					
Pievienotais cukurs 33.2 grami	Gaļa, zivs 307 grami	Piena produkti 560 grami				
Augļi un ogas 345.5 grami	Kartupeļi 408 grami	Siers, biezpiens 20 grami				

Papildus tiek nodrošināta LAD programma

"Skolas piens un auglis" 3 x nedēļā

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktū

piegādē un pieejamību tirgū!

Garais pasūtīj. 10-12klasei

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS" 21.11.2022 14:17:36 Lapa Nr. 3