SIA "Concord Service Group"

Medicīnas māsa
Viktorija Georgijčuka
ID: Nr. 18570060105

Saskaņots!
I.J. Naģnibeļs

ĒDIENKARTE 3N 1-4kl BVĢ Piena un piena produktu nepanesība

PIRMDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Skābeņu zupa ar olu un gaļu	1,3	200	5.0	7.2	13.9	141							
P2 Makaroni ar vistas gaļu	1	200	14.3	9.3	45.1	331							
P3 Kāpostu un svaigu gurķu salāti		70	0.6	5.2	2.6	66							
P4 Sulas dzēriens		200	0.0	0.0	8.8	37							
P5 Āboli (auglis)		80	0.3	0.2	8.0	38							
P6 Rudzu maize	1	20	1.1	0.3	8.2	45							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.4 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5.6 grami AUGĻI un OGAS 82.5 grami	DĀRZEŅI 137.6 grami KARTUPEĻI 50 grami PIENS, skābie produkti 0 grami						**KOPĀ:** BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 53.3 grami	Skolas piens 0 grami	**21.4**	**22.2**	**86.5**		**657**

OTRDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 BP Cūkgaļas m/g ķimeņu veltnīši	1,3	80	12.2	12.1	2.2	169							
P2 Vārīti kartupeļi		120	2.4	0.2	22.5	96							
P3 Biešu -marinētu gurķu salāti ar eļļu		70	0.7	2.4	6.2	48							
P4 Graudu maize	1,11	20	2.4	2.0	8.7	65							
P5 Kompots - ābolu		200	0.1	0.0	2.8	13							
P6 BP Mannā biezputra ar ogu mērci	1	80/80	1.6	0.8	34.8	155							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.3 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10.3 grami AUGĻI un OGAS 25 grami	DĀRZEŅI 79.7 grami KARTUPEĻI 124.8 grami PIENS, skābie produkti 0 grami						**KOPĀ:** BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 64 grami	Skolas piens 0 grami	**19.3**	**17.6**	**77.2**		**546**

TREŠDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Vistas gaļas zupa ar nūdelēm	1	200	5.4	4.7	17.4	134							
P2 Zivs kotlete	1,3,4	70	7.7	5.3	2.7	95							
P3 Rīsi vārīti		120	3.6	1.5	36.0	170							
P4 Dārzeņu salāti		70	0.7	3.6	3.0	53							
P5 BP mērce	1	50	0.6	3.0	7.3	58							
P6 Rudzu maize	1	20	1.1	0.3	8.2	45							
P7 Sulas dzēriens		200	0.0	0.0	8.8	37							
P8 Auglis*		80	0.7	0.2	7.8	32							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.8 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5.7 grami AUGĻI un OGAS 80.4 grami	DĀRZEŅI 92.5 grami KARTUPEĻI 40 grami PIENS, skābie produkti 0 grami						**KOPĀ:** BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 77.6 grami	Skolas piens 0 grami	**19.9**	**18.6**	**91.3**		**624**

CETURTDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 BP Maltās gaļas mērce	1	80	9.4	11.2	3.5	152							
P2 Vārīti griķi		120	4.3	0.7	34.8	165							
P3 Burkāni ar sēkliņām		70	1.3	4.8	4.0	64							
P4 Graudu maize	1,11	20	2.4	2.0	8.7	65							
P5 Sulas dzēriens		200	0.0	0.0	8.8	37							
P6 Augļu salāti		110	0.7	0.2	13.1	59							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.4 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5.1 grami AUGĻI un OGAS 110 grami	DĀRZEŅI 79.4 grami KARTUPEĻI 0 grami PIENS, skābie produkti 0 grami						**KOPĀ:** BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 50 grami	Skolas piens 0 grami	**18.0**	**18.8**	**73.1**		**542**

PIEKTDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Dārzeņu zupa		200	1.9	5.2	14.2	107							
P2 BP Vistas gaļas strogonovs	1	80	7.3	9.6	3.9	132							
P3 Rīsi vārīti		120	3.6	1.5	36.0	170							
P4 Sulas dzēriens		200	0.0	0.0	8.8	37							
P5 Rudzu maize	1	20	1.1	0.3	8.2	45							
P6 Auglis*		80	0.7	0.2	7.8	32							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.9 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5 grami AUGĻI un OGAS 80 grami	DĀRZEŅI 41.5 grami KARTUPEĻI 60 grami PIENS, skābie produkti 0 grami						**KOPĀ:** BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 40 grami	Skolas piens 0 grami	**14.6**	**16.6**	**78.9**		**523**
PIEVIENOTAIS SĀLS 3.8 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 31.7 grami AUGĻI un OGAS 377.9 grami	DĀRZEŅI 430.7 grami KARTUPEĻI 274.8 grami PIENS, skābie produkti 0 grami						BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 284.9 grami	Skolas piens 0 grami					