SASKAŅOTS
Bauskas Valsts ģimnāzijas direktore
_____ L.Ģerģe
Bauskā, ____.

SIA ANIVA

Ēdienkarte

1-4klasei 1 nedēļa Rudens sezona

Pirmdiena,05.09.2022

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-404	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem/ *(Milti kviešu a/l NPKS(*A 01) , Krējums saldā 35%NPKS (*A 07))*	1	80	8.04	15.55	4.76	191.50
K-704/1	Makaroni, vārīti_ *(Makaroni radziņi NPKS (*A 01))*	1	150	6.24	2.66	41.82	216.18
K-108/1	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu/	1	50	0.70	2.55	2.92	35.55
K-910/2	Jogurts dzeramais/ūdens ar citronu *(Jogurts ar mango NPKS (*A 07))*	1	170	5.57	3.43	28.56	87.21
K-1/2	Rudzu maize *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	20	1.18	0.18	9.80	45.60
K-2103/	Auglis	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				22.13	**25.17**	**97.66**	**624.04**
KOPĀ:	**100%**			**22.13**	**25.17**	**97.66**	**624.04**

Pievienotais sāls 0.9 grami — Dārzeņi 68.7 grami
Pievienotais cukurs 0.5 grami — Gaļa, zivs 40 grami — Piena produkti 179 grami
Augļi un ogas 111.4 grami — Kartupeļi 0 grami — Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Otrdiena,06.09.2022

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-324/2	Rasoļniks/krējums *(Grūbas NPKS (*A01), Krējums skābs 20%(*A 07))*	1	200/5	3.57	5.01	16.03	125.32
K-402	Cūkgaļas kotlete *(Olas, NPKS (*A 03) , Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Rīvmaize (*A 01))*	1	70	12.56	18.38	12.46	267.28
K-701/1	Kartupeļi, vārīti_	1	150	3.00	0.15	22.20	105.30
K-565	Piena-dārzeņu mērce *(Piens 2.0% (*A07), Milti kviešu a/l NPKS(*A 01))*	1	50	1.34	2.63	3.86	44.67
C-110/1	Burkānu-ziedkāpostu salāti ar eļļu	1	50	0.73	2.57	3.61	41.26
K-905	Karkadē dzēriens	1	200	0.01	0.00	7.98	32.02
K-1/2	Rudzu maize/ *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	20	1.18	0.18	9.80	45.60
				22.39	**28.92**	**75.94**	**661.45**
KOPĀ:	**100%**			**22.39**	**28.92**	**75.94**	**661.45**

Pievienotais sāls 1.3 grami — Dārzeņi 87.75 grami
Pievienotais cukurs 8.65 grami — Gaļa, zivs 58.3 grami — Piena produkti 35 grami
Augļi un ogas 0 grami — Kartupeļi 210 grami — Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Trešdiena,07.09.2022

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						

SIA Aniva pārtikas tehnologs Aisma Kazaka

K-304/2	Biešu zupa/krējums *(Krējums skābs 20%(*A 07))*	1	200/5	3.06	4.72	14.80	115.29
K-434/1	Vistas gaļas stroganovs/ *(Krējums salds 35%NPKS (*A 07) , Milti kviešu a/l NPKS(*A 01))*	1	80	7.35	11.72	3.25	148.26
K-702	Rīsi, vārīti	1	130	4.18	2.41	45.30	222.80
C-176	Gurķu salāti ar eļļas mērci	1	50	0.41	3.05	1.37	34.51
K-980	Kefīrs/ Ūdens ar citronu *(Kefīrs 2%NPKS (*A 07))*	1	160/200	4.87	3.19	7.46	78.07
K-1/2	Rudzu maize/ *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	20	1.18	0.18	9.80	45.60
				21.05	**25.27**	**81.98**	**644.53**
KOPĀ:	**100%**			**21.05**	**25.27**	**81.98**	**644.53**

Pievienotais sāls 1.3 grami — Dārzeņi 122 grami
Pievienotais cukurs 1.1 grami — Gaļa, zivs 45 grami — Piena produkti 172.2 grami
Augļi un ogas 10 grami — Kartupeļi 50 grami — Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ceturtdiena,08.09.2022

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-346-1	Dārzeņu zupa ar nūdelēm/ *(Makaroni nūdeles NPKS (*A 01))*	1	200	3.58	3.26	23.00	138.18
K-442	Cūkgaļas veltnītis ar ķimenēm *(Olas, NPKS (*A 03) , Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Piens 2.0% (*A07), Rīvmaize (*A 01))*	1	70	12.19	18.45	9.39	253.61
K-701/1	Kartupeļi, vārīti_	1	150	3.00	0.15	22.20	105.30
K-551	Krējuma mērce *(Milti kviešu a/l NPKS(*A 01) , Krējums skābs 20%(*A 07))*	1	50	0.75	4.44	3.14	55.55
K-138/1	Jauno kāpostu-zaļumu salāti/	1	50	0.85	2.06	3.13	30.77
K-940	Sīrupa dzēriens	1	200	0.06	0.03	14.58	59.40
K-2/3	Saldskābmaize* *(Maize saldskābā NPKS(*A 01))*	1	20	0.94	0.19	9.46	43.20
K-2105	Auglis bumbieris/	1	100	0.40	0.30	9.50	42.30
				21.77	**28.88**	**94.40**	**728.31**
KOPĀ:	**100%**			**21.77**	**28.88**	**94.40**	**728.31**

Pievienotais sāls 1.3 grami — Dārzeņi 83 grami
Pievienotais cukurs 0.5 grami — Gaļa, zivs 53 grami — Piena produkti 17 grami
Augļi un ogas 101 grami — Kartupeļi 230 grami — Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Piektdiena,09.09.2022

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas	**100%**						
K-401	Vistas gaļas plovs	1	200	12.91	12.25	46.26	350.55
K-114/1	Tomāti, svaigi/	1	50	0.55	0.10	1.90	10.70
K-801/1	Biezpiena deserts/ *(Krējums salds 35%NPKS (*A 07) , Biezpiens vājpiena NPKS (*A 07))*	1	50	5.36	7.14	8.18	118.57
K-813/1	Jāņogu ķīselis_	1	100	0.08	0.02	11.20	45.35
K-1/2	Rudzu maize/ *(Maize rudzu sagr.NPKS (*A 01))*	1	20	1.18	0.18	9.80	45.60
K-2109	Auglis plūmes	1	80	0.64	0.00	7.68	33.28
				20.72	**19.69**	**85.02**	**604.05**