



SIA "UNTI"

Nedēļas ēdienkarte (118.02.2019-22.02.2019

Alūksnes novada vidusskolas

Apstiprinu _____

1. - 4.klašu audzēkņiem

18.02.	Nosaukums	Svars(g)	Alerg.k.	Olb.vielas	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	Zirņu kartupeļu biezenis	100		5,15	3,54	16,52	118,55
	Krievijas siers	20	A07	5,14	4,78	0,34	66,4
	Skolas cīsiņi	50	A01/A07	6,2	14,6	1,6	159,5
	Kāp. sal. ar gurķiem	100		1,05	2,96	1,25	26,25
	Kelloksi ar pienu	100/30	A07	3,26	2,51	29,27	167,2
	Dzērveņu sulas dzēriens	200		0,1		25,08	100,72
	Bumbieris	50		0,25	0,15	6,2	27
	Kviešu-rudzu maize	40	A01	2,48	0,44	19,08	90,2
	Kopā			23,63	28,98	99,34	755,82
	Saskaņā ar MK13.03.2012.NOT.Nr.172			18-36	23-37	79-144	700-960
19.02.	Skābeņu zupa	200/5	A01	5,01	7	21,1	150,5
	Vārīti kartupeļi	120		2,47	0,12	18,31	84,24
	C/g gulašs (kv. milti, sald. krēj.)	40/50	A01,A07	9	9,91	6,69	182,07
	Biezpiens ar krējumu	50./5	A07	6,94	6,1	1,07	89
	Dzērveņu sulas dzēriens	200		0,1	-	25,08	100,72
	Apelsīns	50		0,8	0,6	6,4	31
	Burkāns	50		0,31	0,1	2,78	10,2
	Piens(skolas)	200	A07	6	3	9,6	90
	Kviešu-rudzu maize	50	A01	2,48	0,44	19,08	90,2
	Kopā			33,11	27,27	110,11	827,93
	Saskaņā ar MK13.03.2012.NOT.Nr.172			18-36	23-37	79-144	700-960
20.02.	Makaroni ar gaļu	100/40	A01	16,82	17,69	59,63	464,93
	Tomāts	50		0,5	0,1	1,3	9
	Augli ar putukrējumu	100/50	A07	1,1	6	23,3	201,9
	Ābols	50		0,4	0,3	7,9	26,05
	Dzērveņu sulas dzēriens	200		0,1	-	25,08	100,72
	Kviešu-rudzu maize	40	A01	2,48	0,44	19,08	90,2
	Kopā			21,4	24,53	136,29	892,8
	Saskaņā ar MK13.03.2012.NOT.Nr.172			18-36	23-37	79-144	700-960
21.02.	Pupiņu zupa ar gaļu	150/15		6,3	6,8	8,15	96,7
	Vārīti rīsi	100	A01	4,17	1,68	27,89	143,36
	Vista krējuma mērcē(kv.milti,sald.krēj.)	40/50	A01,A07	9	9,91	6,69	182,07
	Dārzeņu salāti ar eļļu	50		0,6	0,05	0,7	5,62
	Kivi	50		0,8	0,6	11,4	30
	Kviešu-rudzu maize	40	A01	2,48	0,44	19,08	90,2
	Piens(skolas)	200	A07	6	3	9,6	90
	Dzērveņu sulas dzēriens	200		0,1		25,08	100,72
	Kopā			29,45	22,48	108,59	738,67
	Saskaņā ar MK13.03.2012.NOT.Nr.172			18-36	23-37	79-144	700-960
22.02.	Kartupeļu biezenis (piens)	120	A07	2,62	3,02	23,56	120,6
	Vistas filejas plācenītis(kv.milti,ola)	50	A01,A03	12,4	15,85	7,85	201,9
	Kāpostu, burkānu salāti	50		0,89	6,09	2,74	60,01
	Augļu ķīselis ar pienu	75/75	A07	3,18	1,77	23,21	121,53
	Dzērveņu sulas dzēriens	200		0,1		25,08	100,72
	Banāns	50		0,6	0,1	10	44
	Kviešu-rudzu maize	40	A01	2,48	0,44	19,08	90,2
	Kopā			22,27	27,27	111,52	537,06
	Saskaņā ar MK13.03.2012.NOT.Nr.172			18-36	23-37	79-144	700-960

Nepieciešamības gadījumā, neparedzētu apstākļu vai produktu piegādesaizkavēšanas dēļ, ēdienkarte var tikt mainīta!

*A 01 -kvieši, rudzi, mieži, auzas; *A 02 - vēžveidīgi 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 tā produkti;

*A 08 - rieksti,t.i.mandes, lazdu rieksti, valrieksti, Indijas rieksti, Brazīlijas rieksti, pistācijas 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 - lupīna un tās produkti; *A 14 - gliemji un to produkti

ēdienkarti sastādīja pavāre

Saskaņots ar skolas medmāsu