SIA ANIVA

Ēdienkarte

1.nedēļa veģ.Brokastis/ZIEMA Laurenči

PIRMDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis	**100%**						
602	Auzu pārslu biezputra ar sviestu *(Auzu pārslas sver.(*A 01), Piens 2.0% , Sviests 82% (*A 07))*	1	200/5	6.32	7.96	22.56	187.19
K-24	Kliju maize ar sieru *(Maize kliju NPKS (*A 01), Sviests 82% (*A 07), Siers 45%NPKS (*A 07))*	1	20/5/20	6.98	10.32	9.76	160.55
K-930	Kakao ar pienu *(Piens 2.0%)*	1	200	3.97	2.70	10.61	82.60
				17.27	**20.98**	**42.93**	**430.34**
KOPĀ:	**100%**			**17.27**	**20.98**	**42.93**	**430.34**

Pievienotais sāls 0.1 grami | Dārzeņi 0 grami
Pievienotais cukurs 8 grami | Gaļa, zivs 0 grami | Piena produkti 210 grami
Augļi un ogas 0 grami | Kartupeļi 0 grami | Siers, biezpiens 20 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

OTRDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis	**100%**						
K-1030	Omlete *(Olas (*A 03) , Piens 2.0%)*	1	100	8.82	8.70	2.22	122.46
K-36	Graudu maize ar sviestu *(Maize graudu NPKS (*A 01;11) , Sviests 82% (*A 07))*	1	20/5	1.86	5.34	8.44	89.55
K-935	Tēja ar medu	1	200	0.07	0.00	6.64	25.20
K-2103/	Auglis ābols	1	100	0.40	0.80	9.80	48.00
				11.15	**14.84**	**27.10**	**285.21**
KOPĀ:	**100%**			**11.15**	**14.84**	**27.10**	**285.21**

Pievienotais sāls 0.2 grami | Dārzeņi 0 grami
Pievienotais cukurs 0 grami | Gaļa, zivs 0 grami | Piena produkti 45 grami
Augļi un ogas 100 grami | Kartupeļi 0 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

TREŠDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis	**100%**						
628	Kukurūzas biezputra ar sviestu *(Piens 2.0% , Sviests 82% (*A 07))*	1	200/5	6.94	6.98	37.07	240.09
K-5/1	Sviestmaize ar olu/ *(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Olas (*A 03))*	1	20/5/20	4.22	6.94	10.20	121.57
K-936	Tēja kumelīšu ar cukuru	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
				11.17	**13.92**	**52.26**	**381.70**

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu piegādē un pieejamību tirgū!

KOPĀ:	**100%**			**11.17**	**13.92**	**52.26**	**381.70**

Pievienotais sāls 0.3 grami | Dārzeņi 0 grami
Pievienotais cukurs 8 grami | Gaļa, zivs 0 grami | Piena produkti 130 grami
Augļi un ogas 0 grami | Kartupeļi 0 grami | Siers, biezpiens 0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

CETURTDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis	**100%**						
606	Mannā biezputra ar sviestu *(Mannā putraimi (*A 01) , Piens 2.0% , Sviests 82% (*A 07))*	1	200/5	6.20	6.75	26.36	190.97
K-7/1	Sviestmaize ar sieru *(Maize-baltmaize NPKS(*A01) , Sviests 82% (*A 07), Siers 45%NPKS (*A 07))*	1	20/5/20	6.98	10.34	10.06	162.75
K-931	Kafijas dzēriens ar pienu *(Miežu kafijas dzēriens (A* 01), Piens 2.0%)*	1	200	3.19	2.03	10.56	73.28
				16.37	**19.12**	**46.98**	**427.00**
KOPĀ:	**100%**			**16.37**	**19.12**	**46.98**	**427.00**

Pievienotais sāls 0.1 grami | Dārzeņi 0 grami
Pievienotais cukurs 9 grami | Gaļa, zivs 0 grami | Piena produkti 230 grami
Augļi un ogas 0 grami | Kartupeļi 0 grami | Siers, biezpiens 20 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

PIEKTDIENA

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Brokastis	**100%**						
618	Prosas biezputra ar sviestu *(Piens 2.0% , Sviests 82% (*A 07))*	1	200/5	8.77	6.37	49.85	292.44
K-39	Karstmaize ar sieru un tomātiem *(Maize- tosteru (*A01), Siers 45%NPKS (*A 07) , Sviests 82% (*A 07))*	1	45	5.06	8.49	8.94	139.28
K-933	Tēja ar cukuru	1	200	0.01	0.00	4.99	20.04
				13.84	**14.86**	**63.78**	**451.76**
KOPĀ:	**100%**			**13.84**	**14.86**	**63.78**	**451.76**

Pievienotais sāls 0.1 grami | Dārzeņi 10 grami
Pievienotais cukurs 8 grami | Gaļa, zivs 0 grami | Piena produkti 128 grami
Augļi un ogas 0 grami | Kartupeļi 0 grami | Siers, biezpiens 13 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

VIDĒJI:	**13.96**	**16.74**	**46.61**	**395.2**
KOPĀ:	**69.80**	**83.72**	**233.05**	**1976.01**

Pievienotais sāls 0.8 grami | Dārzeņi 10 grami
Pievienotais cukurs 33 grami | Gaļa, zivs 0 grami | Piena produkti 743 grami
Augļi un ogas 100 grami | Kartupeļi 0 grami | Siers, biezpiens 53 grami

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām produktu piegādē un pieejamību tirgū!