

IRG

Kompleksās pusdienas Babītes vidusskolā 1.-4.klasei

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

Otrdienā	Svars	Uzturvērtības porcijā			
		Ol.balt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Pupiņu zupa ar krējumu *A07	250 gr. (+/- 10%)	8,5	6,3	22,7	183
Makaroni ar malto gaļu *A01	200 gr. (+/- 10%)	15,8	15,5	41,2	368
Kāpostu salāti ar burkāniem	50 gr. (+/- 10%)	0,7	3,0	4,2	47
Rudzu rupjmaize *A01	30 gr. (+/- 10%)	1,9	0,3	13,2	63
Tēja ar cukuru	200 gr. (+/- 10%)	0,5	0,1	9,8	41
Kopā :		27,5	25,2	91,1	702

Trešdienā	Svars	Uzturvērtības porcijā			
		Ol.balt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Skābeņu zupa ar olu un krējumu *A01,A03,A07	250 gr. (+/- 10%)	3,6	4,8	18,8	134
Kartupeļu sautējums ar cūkgaļu	250 gr. (+/- 10%)	13,6	18,9	33,2	362
Biezpiens ar krējumu *A07	75 gr. (+/- 10%)	10,1	4,8	1,7	92
Marinēts gurķis	50 gr. (+/- 10%)	0,3	0,0	1,5	7
Rudzu rupjmaize *A01	30 gr. (+/- 10%)	1,9	0,3	13,2	63
Apelsīnu dzēriens	200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	21,0	84
Kopā :		29,6	28,9	89,4	742

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Ol.balt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	18 - 30	24 - 31	88 - 110	700 - 800
Kartē	57,1	54,1	180,5	1445

Sastādīja

Apstiprinu

Ēdienkarte

No 02-Maijs-17
Līdz 03-Maijs-17

IRG

Babītes vidusskola celiakijas ēdienkarte

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Otrdiena	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Pupīņu zupa ar krējumu *A07	250 gr. (+/- 10%)	8,5	6,3	22,7	183
Griķi ar gaļu (pārt. alerg.) *A07	180 gr. (+/- 10%)	13,5	15,2	44,4	369
Kāpostu salāti ar burkāniem	50 gr. (+/- 10%)	0,7	3,0	4,2	47
Rīsu sausmaizīte *A03,A06,A08,A11	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,0	16,6	72
Tēja ar cukuru	200 gr. (+/- 10%)	0,5	0,1	9,8	41
Kopā:		24,7	24,6	97,7	712

Trešdiena	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Skābenu zupa ar olu un krējumu (bez garš.) *A03,A07	250 gr. (+/- 10%)	3,6	6,1	14,2	128
Kartupeļu sautējums ar cūkgaļu	250 gr. (+/- 10%)	13,6	18,9	33,2	362
Biezpiens ar krējumu *A07	50 gr. (+/- 10%)	6,7	3,2	1,1	61
Marinēts gurķis	50 gr. (+/- 10%)	0,3	0,0	1,5	7
Rīsu sausmaizīte *A03,A06,A08,A11	30 gr. (+/- 10%)	2,1	0,0	24,8	108
Apelsīnu dzēriens	200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	21,0	84
Kopā:		26,4	28,3	95,9	751

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	51,0	52,9	193,5	1463

Sastādīja

Apstiprinu

Ēdienkarte

No 02-Maijs-17
Līdz 03-Maijs-17

IRG
Launags 1.-4.klase

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Otrdienā	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Rīsu biezputra *A07	200 gr.(+/- 10%)	5,5	4,2	36,8	206
Ābolu - zemeņu mērce	20 gr.(+/- 10%)	0,1	0,1	7,1	29
Sviestmaize ar sieru *A01,A07	32 gr.(+/- 10%)	4,9	6,2	7,4	106
Kopā:		10,5	10,5	51,3	342
Trešdienā	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Piena zupa ar nūdelēm *A01,A03,A07	250 gr.(+/- 10%)	9,0	3,7	46,7	261
Sviestmaize ar desu *A01,A07	45 gr.(+/- 10%)	4,3	8,1	10,2	131
Kopā:		13,3	11,8	57,0	391

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Ol.balt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	23,8	22,2	108,3	733

Sastādīja

Apstiprinu