

Kompleksas pasākuma Darbības pasākuma 1. daļa						
		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās	izmaiņas	
Pirmdiena		29	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Pupiņu zupa ar krējumu	*A07	160 gr. (+/- 10%)	3.8	4.5	14.0	113
Makaronu sautējums ar cūkgaļu	*A01	200 gr. (+/- 10%)	13.7	15.5	35.6	345
Burkānu salāti ar āboliem un krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1.0	4.1	6.4	67
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Sulas dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	9.6	41
Kopā:			20.6	24.4	78.9	630
Otrdiena		46	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Vistas buljons ar dārzeņiem un zaļumiem		150 gr. (+/- 10%)	2.7	5.5	12.8	112
Kartupeļu biezenis	*A07	130 gr. (+/- 10%)	4.5	4.1	20.2	139
Cūkgaļas teftelis mērcē	*A01,A03,A07	80 gr. (+/- 10%)	9.4	12.1	11.5	196
Biešu, svaigu kāpostu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	3.1	5.3	54
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Ogu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.3	3.6	18
Kopā:			20.1	25.4	66.6	582
Trešdiena		34	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Veģetārā sakņu zupa ar krējumu	*A07	160 gr. (+/- 10%)	2.1	5.2	10.0	96
Vārīti rīsi		100 gr. (+/- 10%)	2.2	0.2	25.6	114
Cepts vistas stilbiņš		60 gr. (+/- 10%)	16.2	13.2	0.0	191
Piena mērce	*A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	2.7	3.4	6.2	68
Svaigu kāpostu - dilļu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	2.2	4.2	41
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Dzēriens rabarberu		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	10.9	45
Kopā:			26.3	24.5	70.2	618
Ceturtdiena		34	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Biešu, svaigu kāpostu zupa ar gaļu un krējumu	*A07	160 gr. (+/- 10%)	3.6	6.0	9.3	107
Vārīti griķi		100 gr. (+/- 10%)	3.6	0.8	34.5	159
Cūkgaļas stroganovs	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	10.4	13.8	4.8	189
Kīnas kāpostu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.8	3.2	2.6	53
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Apelsīnu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	15.8	63
Kopā:			21.4	24.1	80.2	635

*Iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Ol.balt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	88.3	98.4	295.9	2464

Saslādāja

/ Inese Hoffelde SLA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu



Ēdienkarte

No 18-dec.-23

Līdz 21-dec.-23

IRG

Kompleksās pusdienas Babītes vidusskolā 5.-9.klasei

Kompleksās pasākuma darbības apraksts 6. klasei						
		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās		izmaiņas
Pirmdiena		13	Svars	Uzturvērtības porcijā Olhalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Pupiņu zupa ar krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	4.9	5.3	18.6	144
Makaronu sautējums ar cūkgaļu	*A01	250 gr. (+/- 10%)	16.0	18.4	46.7	426
Burkānu salāti ar āboliem un krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1.0	4.1	6.4	67
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Sulas dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	12.8	55
Kopā :			24.0	28.1	97.7	755
Otrdiena		48	Svars	Uzturvērtības porcijā Olhalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Vistas buljons ar dārzeņiem un zaļumiem		200 gr. (+/- 10%)	3.6	7.3	17.0	149
Kartupeļu biezenis	*A07	160 gr. (+/- 10%)	5.6	5.0	24.9	171
Cūkgaļas teftelis mērcē	*A01,A03,A07	100 gr. (+/- 10%)	10.2	14.5	13.4	229
Biešu, svaigu kāpostu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	3.1	5.3	54
Rudzu rupjmaize	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.9	0.4	19.8	95
Ogu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.4	4.8	24
Kopā :			23.9	30.8	85.2	722
Trešdiena		36	Svars	Uzturvērtības porcijā Olhalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Veģetārā sakņu zupa ar krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	2.7	6.2	13.2	121
Vārīti rīsi		160 gr. (+/- 10%)	3.6	0.3	41.0	182
Cepts vistas stilbiņš		60 gr. (+/- 10%)	16.2	13.2	0.0	191
Piena mērce	*A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	2.7	3.4	6.2	68
Svaigu kāpostu - dilļu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	2.2	4.2	41
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Dzēriens rabarberu		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	14.6	59
Kopā :			28.3	25.7	92.5	726
Ceturtdiena		33	Svars	Uzturvērtības porcijā Olhalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Biešu, svaigu kāpostu zupa ar gaļu un krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	4.0	6.8	12.4	128
Vārīti griķi		130 gr. (+/- 10%)	4.6	1.0	44.9	207
Cūkgaļas stroganovs	*A01,A07	120 gr. (+/- 10%)	11.0	15.5	6.3	214
Kīnas kāpostu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.8	3.2	2.6	53
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 :			23.5	26.8	100.4	749

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	99.8	111.4	375.8	2952

Sastādīja

/ Inese Holzfelde SIA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu



Ēdienkarte

No 18-dec.-23

Līdz 21-dec.-23

IRG
Babītes vidusskolas 1.-4.kl. Ēdienkarte (celiakija)

Dabītes vārdaškrēsis 1. līn. Ziemeļlatvijas (celiakija)						
		Maņoties	pasūtījumam	Iespējamās		izmaiņas
Pirmdiena		10	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Pupiņu zupa ar krējumu	*A07	160 gr. (+/- 10%)	3.8	4.5	14.0	113
Makaronu sautējums ar cūkgaļu (celiakija)		200 gr. (+/- 10%)	12.1	15.7	39.4	353
Burkānu salāti ar āboliem un krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1.0	4.1	6.4	67
Rīsu galete		7 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	5.6	52
Sulas dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	9.6	41
Kopā:			17.6	24.5	75.1	626
Otrdiena		49	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Vistas buljons ar dārzeņiem un zaļumiem		150 gr. (+/- 10%)	2.7	5.5	12.8	112
Kartupeļu biezenis	*A07	130 gr. (+/- 10%)	4.5	5.4	20.2	151
Cūkgaļas teftelis mērcē (celiakija)	*A03, A07	80 gr. (+/- 10%)	8.5	12.1	9.7	183
Biešu, svaigu kāpostu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	3.1	5.3	54
Rīsu galete		7 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	5.6	52
Ogu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.3	3.6	18
Kopā:			17.9	26.4	57.2	570
Trešdiena		37	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Veģetārā sakņu zupa ar krējumu	*A07	160 gr. (+/- 10%)	2.1	5.2	10.0	96
Vārīti rīsi		100 gr. (+/- 10%)	2.2	0.2	25.6	114
Cepts vistas stilbiņš		60 gr. (+/- 10%)	16.2	13.2	0.0	191
Piena mērce (celiakija)	*A07	60 gr. (+/- 10%)	1.5	4.0	6.1	67
Svaigu kāpostu - dilļu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	2.2	4.2	41
Rīsu galete		7 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	5.6	52
Dzēriens rabarberu		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	10.9	45
Kopā:			23.8	24.9	62.5	605
Piektdiena		32	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Biešu, svaigu kāpostu zupa ar gaļu un krējumu	*A07	160 gr. (+/- 10%)	3.6	6.0	9.3	107
Vārīti griķi		100 gr. (+/- 10%)	3.6	0.8	34.5	159
Cūkgaļas stroganovs (celiakija)	*A07	100 gr. (+/- 10%)	10.2	13.8	5.1	189
Kīnas kāpostu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.8	3.2	2.6	53
Rīsu galete		7 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	5.6	52
Apelsīnu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	15.7	63
Kopā:			19.8	23.9	72.9	623

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	12 - 28	16 - 29	55 - 113	490 - 750
Kartē	79.0	99.7	267.7	2424

Sastādīja
/ Inese Holzfelde SIA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu _____



Ēdienkarte

No 18-dec-23

Līdz 21-dec-23

IRG

Babītes vidusskolas 1.-4.kl. Ēdienkarte (laktoze)

		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās		izmaiņas	
Pirmdiena		28	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Pupiņu zupa (1)			150 gr. (+/- 10%)	3.5	2.5	13.7	93
Makaronu sautējums ar cūkgaļu	*A01		200 gr. (+/- 10%)	12.1	14.0	37.8	333
Burkānu salāti ar āboliem un eļļu			80 gr. (+/- 10%)	0.7	4.2	4.8	60
Rudzu rupjmaize	*A01		30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Sulas dzēriens			150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	9.6	41
Kopā :				18.2	21.0	79.1	590
Otrdiena		47	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas buljons ar dārzeņiem un zaļumiem			150 gr. (+/- 10%)	2.7	5.5	12.8	112
Kartupeļu biezenis ar rīsu pienu			130 gr. (+/- 10%)	2.3	3.5	19.4	120
Cūkgaļas teftelis mērcē (pārt. alerg.)	*A01,A03		80 gr. (+/- 10%)	8.5	10.9	11.8	182
Biešu, svaigu kāpostu salāti ar eļļu			80 gr. (+/- 10%)	1.1	3.1	5.3	54
Rudzu rupjmaize	*A01		30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Ogu dzēriens			150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.3	3.6	18
Kopā :				17.0	23.5	66.0	550
Trešdiena		35	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Sakņu zupa bez krējuma			150 gr. (+/- 10%)	2.4	3.8	9.4	83
Vārīti rīsi			100 gr. (+/- 10%)	2.2	0.2	25.6	114
Cepts vistas stilbiņš			60 gr. (+/- 10%)	16.2	13.2	0.0	191
Piena mērce (pārt. alerg.)			60 gr. (+/- 10%)	0.1	3.7	9.7	72
Svaigu kāpostu - dilļu salāti ar eļļu			80 gr. (+/- 10%)	1.1	2.2	4.2	41
Rudzu rupjmaize	*A01		30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Dzēriens rabarberu			150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	10.9	45
Kopā :				24.0	23.4	73.2	609
Ceturtdiena		35	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Biešu, svaigu kāpostu zupa ar gaļu			150 gr. (+/- 10%)	3.3	4.0	7.5	81
Vārīti griķi			100 gr. (+/- 10%)	3.6	0.8	34.5	159
Cūkgaļas stroganovs (pārt. alerg.)			100 gr. (+/- 10%)	9.7	14.0	8.6	204
Kīnas kāpostu salāti ar eļļu			80 gr. (+/- 10%)	1.8	3.2	2.6	53
Rudzu rupjmaize	*A01		30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Apelsīnu dzēriens			150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	15.7	63
Kopā :				20.3	22.3	82.3	623

*Iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	79.5	90.2	300.6	2372

Sastādīja

/ Inese Hohfeldte SIA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu