



Ēdienkarte

IRG

Kompleksās pusdienas Babītes vidusskolā 1.-4.klasei

No 27-maijs-24

Līdz 31-maijs-24

Mainoties	pasūtījumam	iespējamās	izmaiņas
-----------	-------------	------------	----------

Pirmdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas buljons ar dārzeņiem un zaļumiem		150 gr. (+/- 10%)	2.7	5.5	12.8	112
Vārīti griķi		100 gr. (+/- 10%)	3.6	0.8	34.5	159
Maltās gaļas mērce	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	9.9	11.4	8.7	181
Svaigu kāpostu un puravu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0.8	4.6	3.4	59
Rudzu rupjmaize	*A01	15 gr. (+/- 10%)	1.0	0.1	6.6	32
Apelsīnu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	15.8	63
Kopā:			18.1	22.4	81.7	605

Otrdiena	52	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Borščs svaigu kāpostu, ar krējumu	*A07	155 gr. (+/- 10%)	1.7	3.4	10.3	79
Mājas sautējums ar cūkgaļu		250 gr. (+/- 10%)	12.4	18.8	24.2	323
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
Jāņogu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.4	33
Kopā:			17.5	26.7	62.5	566

Trešdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vārīti makaroni	*A01	100 gr. (+/- 10%)	4.4	2.0	28.0	151
Gulaša mērce	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	9.2	10.3	11.4	179
Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	*A09	50 gr. (+/- 10%)	0.5	2.1	2.5	32
Biezpiena saldā masa ar ķīseli	*A07	250 gr. (+/- 10%)	13.3	11.2	34.3	292
Kopā:			27.4	25.5	76.3	653

Ceturtdiena	57	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Dārzeņu zupa ar krējumu	*A07	160 gr. (+/- 10%)	2.1	3.7	9.8	82
Plovs ar cūkgaļu		200 gr. (+/- 10%)	12.4	14.9	38.3	341
Ķīnas kāpostu, svaigu gurķu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	4.7	1.9	58
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:			17.7	23.6	74.2	589

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	80.7	98.2	294.7	2413

Sastādīja
/ Inese Hofeldē SIA "IRG" tehnologs /

Apstiprinu _____



Ēdienkarte

IRG

Kompleksās pusdienas Babītes vidusskolā 5.-9.klasei

No 27-maijs-24

Līdz 31-maijs-24

Mainoties pasūtījumam iespējamas izmaiņas

Pirmdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas buljons ar dārzeņiem un zaļumiem		200 gr. (+/- 10%)	3.6	7.3	17.0	149
Vārīti griķi		120 gr. (+/- 10%)	4.3	0.9	41.4	191
Maltās gaļas mērce	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	9.9	11.4	8.7	181
Svaigu kāpostu un puravu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0.8	4.6	3.4	59
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 :			20.7	24.5	104.8	727

Otrdiena	54	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Borščs svaigu kāpostu, ar krējumu	*A07	205 gr. (+/- 10%)	2.2	4.2	13.7	102
Mājas sautējums ar cūkgaļu		300 gr. (+/- 10%)	15.3	22.9	28.8	391
Burkānu salāti ar āboliem un krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1.0	4.1	6.4	67
Rudzu rupjmaize	*A01	60 gr. (+/- 10%)	3.9	0.6	26.5	127
Jānogu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	11.2	45
Kopā:			23.0	31.9	86.5	732

Trešdiena		1	Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Vārīti makaroni	*A01	120 gr. (+/- 10%)	5.2	2.4	33.6	181	
Gulaša mērce	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	9.2	10.3	11.4	179	
Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	*A09	50 gr. (+/- 10%)	0.5	2.1	2.5	32	
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63	
Biezpiena saldā masa ar ķīseli	*A07	250 gr. (+/- 10%)	13.3	11.2	34.3	292	
Kopā :			30.2	26.2	95.1	747	

Ceturtdiena	59	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Dārzeņu zupa ar krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	2.8	4.3	13.0	103
Plovs ar cūkgaļu		250 gr. (+/- 10%)	13.6	16.8	50.3	411
Ķīnas kāpostu , svaigu gurķu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	4.7	1.9	58
Rudzu rupjmaize	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.9	0.4	19.8	95
Dzēriens rabarberu		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	14.6	59
Kopā :			20.5	26.3	99.5	727

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Ol.balt.	/Tauki	/Ogļhidr.	/Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	94.4	108.9	386.0	2932

Sastādīja

/ Inese Hohfelde SLA "IRG" tehnologs /

Apstiprinu



Ēdienkarte

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

No 27-maijs-24

Līdz 31-maijs-24

Pasūtītāja nosaukums: _____						
		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās	izmaiņas	
Pirmdiena		29	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Vistas buljons ar dārzeņiem un zaļumiem		150 gr. (+/- 10%)	2.7	5.5	12.8	112
Vārīti griķi		100 gr. (+/- 10%)	3.6	0.8	34.5	159
Maltās gaļas mērce (pārt. alerģ.)	*A01	100 gr. (+/- 10%)	7.9	14.1	10.1	202
Svaigu kāpostu un puravu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0.8	4.6	3.4	59
Rudzu rupjmaize	*A01	15 gr. (+/- 10%)	1.0	0.1	6.6	32
Apelsīnu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	15.7	63
Kopā:			16.0	25.1	83.2	627
Otrdiena		53	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Borščs svaigu kāpostu		150 gr. (+/- 10%)	1.6	2.5	9.1	67
Mājas sautējums ar cūkgaļu		250 gr. (+/- 10%)	12.4	18.8	24.2	323
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
Jānogu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.4	33
Kopā:			17.0	25.9	59.8	547
Trešdiena		20	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Vārīti makaroni	*A01	100 gr. (+/- 10%)	4.4	2.0	28.0	151
Gulaša mērce (pārt. alerģ.)		100 gr. (+/- 10%)	8.9	14.9	14.6	231
Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	*A09	50 gr. (+/- 10%)	0.5	2.1	2.5	32
Rīsu putra ar ķīseli (pārt. alerģ.)		200 gr. (+/- 10%)	2.0	0.9	35.8	163
Kopā:			15.8	19.9	80.9	576
Ceturtdiena		58	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Dārzeņu zupa		150 gr. (+/- 10%)	1.3	6.1	7.0	89
Plovs ar cūkgaļu		200 gr. (+/- 10%)	12.4	14.9	38.3	341
Ķīnas kāpostu, svaigu gurķu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	4.7	1.9	58
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:			16.9	26.0	71.4	596

*Iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	65.7	96.9	295.3	2345

Sastādīja

/ Inese Hohfelde SLA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu



Ēdienkarte

IRG

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

No 27-maijs-24

Līdz 31-maijs-24

Pasūces vietas karte 1. l.kr. Lielākā (celiakija)							
		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās	Izmaiņas		
Pirmdiena		19	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas buljons ar dārzeņiem un zaļumiem			150 gr. (+/- 10%)	2.7	5.5	12.8	112
Vārīti griķi			100 gr. (+/- 10%)	3.6	0.8	34.5	159
Maltās gaļas mērce (celiakija)	*A07		100 gr. (+/- 10%)	8.0	11.6	5.0	159
Svaigu kāpostu un puravu salāti ar eļļu			60 gr. (+/- 10%)	0.8	4.6	3.4	59
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 :				15.8	22.6	77.1	604
Otrdiena		55	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Borščs svaigu kāpostu. ar krējumu	*A07		155 gr. (+/- 10%)	1.7	3.4	10.3	79
Mājas sautējums ar cūkgaļu			250 gr. (+/- 10%)	12.4	18.8	24.2	323
Burkānu salāti ar āboliem un krējumu	*A07		80 gr. (+/- 10%)	1.0	4.1	6.4	67
Rīsu galete			14 gr. (+/- 10%)	1.2	0.3	11.2	103
Jānogu dzēriens			150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.4	33
Kopā :				16.8	26.6	60.5	606
Trešdiena		21	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vārīti makaroni (celiakija)			100 gr. (+/- 10%)	2.5	1.7	30.5	148
Gulaša mērce (pārt. alerg.)			100 gr. (+/- 10%)	8.9	14.9	14.6	231
Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	*A09		50 gr. (+/- 10%)	0.5	1.1	2.6	23
Biezpiena saldā masa ar ķīseli	*A07		250 gr. (+/- 10%)	13.3	11.2	34.3	292
Kopā :				25.2	28.9	82.0	695
Ceturtdiena		60	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Dārzeņu zupa ar krējumu	*A07		160 gr. (+/- 10%)	2.1	3.7	9.8	82
Plovs ar cūkgaļu			200 gr. (+/- 10%)	12.4	14.9	38.3	341
Ķīnas kāpostu , svaigu gurķu salāti ar eļļu			80 gr. (+/- 10%)	1.2	4.7	1.9	58
Rīsu galete			14 gr. (+/- 10%)	1.2	0.3	11.2	103
Dzēriens rabarberu			150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	10.9	45
Kopā :				17.0	23.6	72.2	629

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	12 - 28	16 - 29	55 - 113	490 - 750
Kartē	74.8	101.7	291.8	2534

Sastādīja

/ Inese Hoffelde SIA "IRG tehnoloģis /

Apstiprinu