

Ēdienkarte nedēļai: 18.12.2023 - 24.12.2023

Ēdināšana - Aleksandra Bieziņa Raiskuma pamatskola

Pirmdienas 18.12.2023				Otrdienas 19.12.2023				Trešdienas 20.12.2023				Ceturtdienas 21.12.2023				Piektdienas 22.12.2023			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal

Grupa: 5-9 klase

Brokastis Mannas biezputra A [A01, A07] (350g/209,6 kcal) Ievārījums A (60g/112,7 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (60g/179,1 kcal) Siers Holandes [A07] (45g/153,0 kcal)				Brokastis Biezpiens(vājpiena) ar krējumu A [A07] (200g/302,0 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (60g/179,1 kcal) Tēja melnā ar cukuru un citronu (200g/28,4 kcal)				Brokastis Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (70g/208,9 kcal) Siers Holandes [A07] (60g/204,0 kcal) Žāvētā desa (70g/196,8 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)				Brokastis Četrgraudu biezputra [A01, A07] (350g/313,1 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (60g/179,1 kcal) Siers Holandes [A07] (50g/170,0 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)				Brokastis Vārīta desa (70g/151,8 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (60g/179,1 kcal) Vārīta ola [A03] (50g/70,6 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)			
18,5	92,4	23,4	654,4	25,2	33,3	27,7	509,5	26,4	39,2	45,4	668,2	23,2	137,8	29,5	908,8	16,9	36,6	27,6	460,0
Pusdienas Desu zupa [A09] (450g/337,5 kcal) Krējums 20% [A07] (30g/63,1 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Rupjmaizes ķīselis [A01] (160g/583,4 kcal) Piens 2,5% [A07] (200g/106,6 kcal)				Pusdienas Pupiņu zupa A [A09] (450g/267,5 kcal) Krējums 20% [A07] (30g/63,1 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Augļu-ogu ķīselis A (200g/115,4 kcal) Putukrējums [A07] (70g/293,6 kcal)				Pusdienas Griķi [A01] (300g/308,4 kcal) Maltās gaļas mērce A [A01, A07, A09] (200g/246,6 kcal) Marinēts gurķis (70g/13,4 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Piena ķīselis ar sulas mērci A [A07, A12] (350g/264,4 kcal)				Pusdienas Vārīti kartupeļi (877g/262,5 kcal) Cūkgaļas kotlete [A01] (167g/300,5 kcal) Sautēti kāposti [A09] (381g/304,3 kcal) Vafeles [A01, A03, A07] (60g/168,7 kcal) Kafijas dzēriens [A07] (195g/87,1 kcal)				Pusdienas Makaroni ar sieru A [A07, A09] (350g/585,5 kcal) Tomātu mērce (60g/51,1 kcal) Cepumi [A01, A03, A07] (100g/397,2 kcal) Sulas dzēriens (190g/75,5 kcal) Burkānu-kāpostu salāti A [A09] (150g/164,5 kcal)			
26,6	174,2	38,9	1154,0	19,5	80,1	48,0	803,0	32,4	146,7	25,5	938,4	34,9	136,6	47,5	1123,1	32,4	197,8	39,4	1273,8
Launags Kviešu maize ar ievārījumu [A01] (90g/185,5 kcal)				Launags Pankūkas kefīra [A01, A03] (196g/359,0 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)				Launags Prosas biezputra [A07] (299g/250,2 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal)				Launags Ābolu plātsmaize ar kefīra mīklu [A01, A03, A07] (230g/402,6 kcal) Rasols [A03, A07, A09, A10] (208g/250,5 kcal) Piparkūkas [A01, A03, A07] (100g/626,0 kcal) Konfektes (30g/65,2 kcal) Sulas dzēriens (190g/75,5 kcal) mandarīni (95g/33,4 kcal) Vistas-pupiņu salāti [A03, A07, A09, A10] (205g/467,8 kcal)							
2,9	37,8	1,8	185,5	12,7	109,7	12,9	605,6	9,6	87,2	5,4	438,3	54,1	239,4	83,5	1921,0				
Vakariņas Rīsi vārīti (100g/259,5 kcal) Gulaša mērce A [A01, A07, A09] (210g/259,4 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal)				Vakariņas Zirņu-kartupeļu biezenis [A09] (350g/395,5 kcal) Gaļas krikumi [A07] (100g/235,2 kcal) Paniņas (180g/59,2 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal)				Vakariņas Vistas zupa ar rīsiem A [A09] (450g/354,9 kcal) Krējums 20% [A07] (35g/73,6 kcal) Maize rudzu [A01] (35g/73,9 kcal)				Vakariņas Frikadeļu zupa A [A03, A09] (450g/254,5 kcal) Krējums 20% [A07] (35g/73,6 kcal) Maize rudzu [A01] (35g/74,0 kcal)							
22,2	93,7	20,0	640,8	44,0	106,6	23,5	795,5	27,6	38,9	26,2	502,4	18,6	39,2	18,6	402,1				

Pirmdiena 18.12.2023				Otrdiena 19.12.2023				Trešdiena 20.12.2023				Ceturtdiena 21.12.2023				Piektdiena 22.12.2023			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal

Grupa: 5-9 klase

Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā			
70,2	398,1	84,1	2634,7	101,4	329,7	112,1	2713,6	96,0	312,0	102,5	2547,3	130,8	553,0	179,1	4355,0	49,3	234,4	67,0	1733,8
Sāls(g): 2,8000 ; Cukurs: 41,8000				Sāls(g): 6,1000 ; Cukurs: 57,9000				Sāls(g): 10,7000 ; Cukurs: 48,0000				Sāls(g): 11,0000 ; Cukurs: 83,4000				Sāls(g): 2,4000 ; Cukurs: 31,1000			
(50-103) (225-413) (67-107) (2000-2750)				(50-103) (225-413) (67-107) (2000-2750)				(50-103) (225-413) (67-107) (2000-2750)				(50-103) (225-413) (67-107) (2000-2750)				(50-103) (225-413) (67-107) (2000-2750)			
Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-60)			
Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu			

Grupa: Darbinieku ēdināšana

Brokastis Mannas biezputra A [A01, A07] (400g/239,5 kcal) Ievārījums A (60g/112,7 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (60g/179,1 kcal) Siers Holandes [A07] (60g/204,0 kcal)	Brokastis Biezpiens(vājpiena) ar krējumu A [A07] (200g/302,0 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (70g/209,0 kcal) Tēja melnā ar cukuru un citronu (200g/28,4 kcal)	Brokastis Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (70g/208,9 kcal) Siers Holandes [A07] (50g/170,0 kcal) Žavētā desa (50g/140,6 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Brokastis Četrgraudu biezputra [A01, A07] (400g/357,8 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (70g/208,9 kcal) Siers Holandes [A07] (60g/204,0 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Brokastis Vārīta desa (80g/173,5 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (70g/208,9 kcal) Vārīta ola [A03] (50g/70,6 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)
22,7 98,9 27,7 735,3	25,5 36,6 29,4 539,4	21,2 39,1 37,8 578,0	27,1 149,5 34,7 1017,3	18,5 40,1 31,1 511,5
Pusdienas Desu zupa [A09] (500g/375,0 kcal) Krējums 20% [A07] (35g/73,6 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Rupjmaizes ķīselis [A01] (160g/583,4 kcal) Piens 2,5% [A07] (200g/106,6 kcal)	Pusdienas Pupiņu zupa A [A09] (500g/297,3 kcal) Krējums 20% [A07] (35g/73,6 kcal) Maize rudzu [A01] (35g/74,0 kcal) Augļu-ogu ķīselis A (200g/115,4 kcal) Putukrējums [A07] (50g/209,7 kcal)	Pusdienas Griķi [A01] (350g/359,8 kcal) Maltās gaļas mērce A [A01, A07, A09] (220g/271,2 kcal) Marinēts gurķis (70g/13,4 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Piena ķīselis ar sulas mērci A [A07, A12] (350g/264,4 kcal)	Pusdienas Vārīti kartupeļi (877g/262,5 kcal) Cūkgaļas kotlete [A01] (167g/300,5 kcal) Sautēti kāposti [A09] (381g/304,3 kcal) Vafeles [A01, A03, A07] (70g/196,8 kcal) Kafijas dzēriens [A07] (195g/87,1 kcal)	Pusdienas Makaroni ar sieru A [A07, A09] (400g/669,1 kcal) Tomātu mērce (70g/59,6 kcal) Cepumi [A01, A03, A07] (100g/397,2 kcal) Sulas dzēriens (190g/75,5 kcal) Burkānu-kāpostu salāti A [A09] (200g/219,3 kcal)
27,8 176,4 42,8 1202,0	21,2 79,9 44,0 770,0	35,6 157,3 27,8 1014,4	35,4 142,5 47,8 1151,2	36,3 216,4 45,8 1420,7
Launags Kviešu maize ar ievārījumu [A01] (90g/185,5 kcal)	Launags Pankūkas kefīra [A01, A03] (196g/359,0 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal)	Launags Prosas biezputra [A07] (400g/334,7 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal)	Launags Ābolu plātsmaize ar kefīra mīklu [A01, A03, A07] (230g/402,6 kcal) Rasols [A03, A07, A09, A10] (208g/250,5 kcal) Piparkūkas [A01, A03, A07] (100g/626,0 kcal) Konfektes (30g/65,2 kcal) Sulas dzēriens (190g/75,5 kcal) mandarīni (95g/33,4 kcal) Vistas-pupiņu salāti [A03, A07, A09, A10] (205g/467,8 kcal)	Launags
2,9 37,8 1,8 185,5	12,7 109,7 12,9 605,6	12,7 101,6 7,1 522,8	54,1 239,4 83,5 1921,0	

Pirmdiena 18.12.2023				Otrdiena 19.12.2023				Trešdiena 20.12.2023				Ceturtdiena 21.12.2023				Piektdiena 22.12.2023			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal

Grupa: Darbinieku ēdināšana

Vakariņas Rīsi vārītie (100g/259,5 kcal) Gulaša mērce A [A01, A07, A09] (220g/271,8 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal)	Vakariņas Zirņu-kartupeļu biezenis [A09] (400g/452,0 kcal) Gaļas krikumi [A07] (110g/258,7 kcal) Paniņas (180g/59,2 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal)	Vakariņas Vistas zupa ar rīsiem A [A09] (500g/394,6 kcal) Krējums 20% [A07] (50g/105,2 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal)	Vakariņas Frikadeļu zupa A [A03, A09] (500g/282,8 kcal) Krējums 20% [A07] (40g/84,1 kcal) Maize rudzu [A01] (40g/84,6 kcal)	Vakariņas
22,9 94,3 20,8 653,2	48,6 117,6 25,7 875,5	31,8 48,7 31,5 605,4	20,8 44,1 20,9 451,5	
Uzturvērtības kopā 76,3 407,4 93,1 2776,0 Sāls(g): 3,3000 ; Cukurs: 42,8000 (75-125) (255-419) (110-130) (2270-2790) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (40-60) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172	Uzturvērtības kopā 108,0 343,8 112,0 2790,5 Sāls(g): 6,6000 ; Cukurs: 53,9000 (75-125) (255-419) (110-130) (2270-2790) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (40-60) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172	Uzturvērtības kopā 101,3 346,7 104,2 2720,6 Sāls(g): 12,1000 ; Cukurs: 50,7000 (75-125) (255-419) (110-130) (2270-2790) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (40-60) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172	Uzturvērtības kopā 137,4 575,5 186,9 4541,0 Sāls(g): 11,5000 ; Cukurs: 85,3000 (75-125) (255-419) (110-130) (2270-2790) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (40-60) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172	Uzturvērtības kopā 54,8 256,5 76,9 1932,2 Sāls(g): 2,9000 ; Cukurs: 33,1000 (75-125) (255-419) (110-130) (2270-2790) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (40-60) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172

Grupa: Skolas auglis

Brokastis	Brokastis	Brokastis
Pusdienas	Pusdienas	Pusdienas
Launags Skolas ābols (100g/48,0 kcal)	Launags Skolas ābols (100g/48,0 kcal)	Launags Skolas ābols (100g/48,0 kcal)
0,4 9,8 0,8 48,0	0,4 9,8 0,8 48,0	0,4 9,8 0,8 48,0
Vakariņas	Vakariņas	Vakariņas
Uzturvērtības kopā 0,4 9,8 0,8 48,0 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) Nav atbilstošu MK noteikumu	Uzturvērtības kopā 0,4 9,8 0,8 48,0 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) Nav atbilstošu MK noteikumu	Uzturvērtības kopā 0,4 9,8 0,8 48,0 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) Nav atbilstošu MK noteikumu

Grupa: 1-4 klase

Brokastis Mannas biezputra A [A01, A07] (300g/179,7 kcal) Ievārījums A (60g/112,7 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (60g/179,1 kcal) Siers Holandes [A07] (40g/136,0 kcal)	Brokastis Biezpiens(vājpiena) ar krējumu A [A07] (181g/273,3 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (50g/149,3 kcal) Tēja melnā ar cukuru un citronu (200g/28,4 kcal)	Brokastis Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (60g/179,1 kcal) Siers Holandes [A07] (40g/136,0 kcal) Žāvētā desa (60g/168,7 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Brokastis Četrgraudu biezputra [A01, A07] (300g/268,4 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (50g/149,3 kcal) Siers Holandes [A07] (40g/136,0 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Brokastis Vārīta desa (60g/130,1 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (50g/149,3 kcal) Vārīta ola [A03] (50g/70,6 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)
16,5 86,0 21,9 607,5	22,6 29,2 24,4 451,0	20,1 35,8 35,7 542,3	19,3 126,1 24,3 800,3	15,3 33,1 24,1 408,5

Pirmdiena 18.12.2023				Otrdiena 19.12.2023				Trešdiena 20.12.2023				Ceturtdiena 21.12.2023				Piektdiena 22.12.2023			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal

Grupa: 1-4 klase

Pusdienas Desu zupa [A09] (443g/332,2 kcal) Krējums 20% [A07] (25g/52,6 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Rupjmaizes ķīselis [A01] (160g/583,4 kcal) Piens 2,5% [A07] (200g/106,6 kcal)				Pusdienas Pupiņu zupa A [A09] (582g/346,1 kcal) Krējums 20% [A07] (30g/63,1 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Augļu-ogu ķīselis A (200g/115,4 kcal) Putukrējums [A07] (50g/209,7 kcal)				Pusdienas Griķi [A01] (250g/257,0 kcal) Maltās gaļas mērce A [A01, A07, A09] (200g/246,6 kcal) Marinēts gurķis (50g/9,6 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Piena ķīselis ar sulas mērci A [A07, A12] (350g/264,4 kcal)				Pusdienas Vārtī kartupeļi (877g/262,5 kcal) Cūkgaļas kotlete [A01] (167g/300,5 kcal) Sautēti kāposti [A09] (381g/304,3 kcal) Vafeles [A01, A03, A07] (50g/140,6 kcal) Kafijas dzēriens [A07] (195g/87,1 kcal)				Pusdienas Makaroni ar sieru A [A07, A09] (300g/501,9 kcal) Tomātu mērce (50g/42,6 kcal) Cepumi [A01, A03, A07] (100g/397,2 kcal) Sulas dzēriens (190g/75,5 kcal) Burkānu-kāpostu salāti A [A09] (122g/133,8 kcal)			
26,4	173,8	37,5	1138,2	23,3	81,2	46,0	797,7	30,3	136,2	25,0	883,2	34,4	130,7	47,2	1095,0	28,8	181,2	34,7	1151,0
Launags Kviešu maize ar ievārījumu [A01] (90g/185,5 kcal)				Launags Pankūkas kefīra [A01, A03] (196g/359,0 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal)				Launags Prosas biezputra [A07] (300g/251,1 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal)				Launags Ābolu plātsmaize ar kefīra mīklu [A01, A03, A07] (230g/402,6 kcal) Rasols [A03, A07, A09, A10] (208g/250,5 kcal) Piparkūkas [A01, A03, A07] (100g/626,0 kcal) Konfektes (30g/65,2 kcal) Sulas dzēriens (190g/75,5 kcal) mandarīni (95g/33,4 kcal) Vistas-pupiņu salāti [A03, A07, A09, A10] (205g/467,8 kcal)				Launags			
2,9	37,8	1,8	185,5	12,7	109,7	12,9	605,6	9,6	87,3	5,4	439,2	54,1	239,4	83,5	1921,0				
Vakariņas Rīsi vārtīti (100g/259,5 kcal) Gulaša mērce A [A01, A07, A09] (200g/247,0 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal)				Vakariņas Zirņu-kartupeļu biezenis [A09] (250g/282,5 kcal) Gaļas krikumi [A07] (100g/235,2 kcal) Paniņas (180g/59,2 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal)				Vakariņas Vistas zupa ar rīsiem A [A09] (400g/315,6 kcal) Krējums 20% [A07] (30g/63,1 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal)				Vakariņas Frikadeļu zupa A [A03, A09] (400g/226,2 kcal) Krējums 20% [A07] (30g/63,1 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal)				Vakariņas			
21,6	93,3	19,0	628,4	36,9	85,1	23,1	682,5	24,5	34,1	22,9	442,1	16,4	34,3	16,3	352,7				
Uzturvērtības kopā 67,4 390,9 80,2 2559,6 Sāls(g): 2,5000 ; Cukurs: 40,9000 (35-80) (156-321) (46-83) (1720-1820) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-50) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 95,5 305,2 106,4 2536,8 Sāls(g): 6,2000 ; Cukurs: 53,9000 (35-80) (156-321) (46-83) (1720-1820) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-50) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 84,5 293,4 89,0 2306,8 Sāls(g): 9,3000 ; Cukurs: 48,0000 (35-80) (156-321) (46-83) (1720-1820) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-50) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 124,2 530,5 171,3 4169,0 Sāls(g): 10,5000 ; Cukurs: 81,5000 (35-80) (156-321) (46-83) (1720-1820) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-50) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 44,1 214,3 58,8 1559,5 Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs: 30,0000 (35-80) (156-321) (46-83) (1720-1820) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-50) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Grupa: Skolas piens

Pusdienas			
Launags			
Skolas piens [A07] (250g/133,3 kcal)			
7,3	12,0	6,3	133,3

Pusdienas				Pusdienas			
Launags				Launags			
Skolas piens [A07] (250g/133,3 kcal)				Skolas piens [A07] (250g/133,3 kcal)			
7,3	12,0	6,3	133,3	7,3	12,0	6,3	133,3

Pirmdiena 18.12.2023				Otrdiena 19.12.2023				Trešdiena 20.12.2023				Ceturtdiena 21.12.2023				Piektdiena 22.12.2023			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal

Grupa: Skolas piens

Uzturvērtības kopā			
7,3	12,0	6,3	133,3
Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000			
(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)
Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)			
Nav atbilstošu MK noteikumu			

Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā			
7,3	12,0	6,3	133,3	7,3	12,0	6,3	133,3
Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000				Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000			
(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)
Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)			
Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu			

Sagatavoja: Galvenā pavāre A.Gutāne
 Paraksts: _____