

IRG Ēdienkarte 1-2 gadu grupām

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

TK Nr.	Brokastis	25	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
1542	Auzu pārslu biežputra	*A01,A07	150 gr. (+/- 10%)	6.7	7.7	27.5	206
1244	Zemeņu ievārījums		10 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	4.8	20
241	Kumelīšu tēja ar cukuru		151 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	1.0	6
Kopā :				7.2	7.8	33.3	232
TK Nr.	Pusdienas	29	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
701	Vistas buljons ar dārzeņiem un zaļumiem		100 gr. (+/- 10%)	2.8	3.4	8.9	79
35	Vārīti griķi		50 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	17.3	80
21	Maltās gaļas mērce	*A01,A07	80 gr. (+/- 10%)	7.8	12.2	4.5	160
1449	Svaigu kāpostu un puravu salāti ar eļļu		40 gr. (+/- 10%)	0.5	3.1	2.3	39
1520	Dzēriens rabarberu		100 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	7.3	30
Kopā :				13.0	19.1	40.3	387
TK Nr.	Launags	30	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
543	Vārīta ola	*A03	40 gr. (+/- 10%)	5.2	4.5	0.3	62
1335	Krējums ar zaļumiem	*A07	10 gr. (+/- 10%)	0.3	1.9	0.3	20
1726	Saldskābā maize ar ķiploku sviestu	*A01,A07	16 gr. (+/- 10%)	0.9	1.2	7.1	43
1659	Liepziedu tēja ar cukuru		151 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	1.0	4
Kopā :				6.4	7.5	8.7	128

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/	Tauki	/	Ogļhidr.	/	Kcal.
MK172	18 - 30		24 - 36		81 - 120		720 - 800
Kartē	26.6		34.5		82.3		747

Sastādīja

/ Inese Hohfelde SIA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu

IRG Ēdienkarte 1-2 gadu grupām

 Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

TK Nr.	Brokastis	25	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
1805	Piena zupa ar rīsiem	*A07	130 gr. (+/- 10%)	1.8	3.2	18.8	105
1219	Baltmaize ar olu sviestu	*A01,A03,A07	30 gr. (+/- 10%)	2.2	5.8	7.6	92
Kopā :				4.1	9.0	26.4	197
TK Nr.	Pusdienas	35	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
1941	Svaigu kāpostu zupa ar gaļu un krējumu	*A07	130 gr. (+/- 10%)	3.5	5.3	5.0	83
33	Vārīti kartupeļi		120 gr. (+/- 10%)	2.0	0.1	14.9	71
1803	Vistas gaļas kotlete	*A01,A03	65 gr. (+/- 10%)	6.9	7.5	5.8	136
924	Siltā tomātu mērce	*A01,A07	20 gr. (+/- 10%)	0.3	1.1	1.0	15
957	Biešu - ābolu salāti ar eļļu		50 gr. (+/- 10%)	0.5	2.0	7.0	48
57	Rudzu rupjmaize	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0.3	0.0	2.2	11
1474	Karkadē tēja ar cukuru		150 gr. (+/- 10%)	0.3	0.0	1.0	5
Kopā :				13.8	16.1	36.8	370
TK Nr.	Launags	37	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
467	Karstā sviestmaize ar sieru un desu	*A01,A07,A11	50 gr. (+/- 10%)	6.6	10.0	10.3	161
1243	Mežrozīšu tēja ar cukuru		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	2.1	9
1385	Auglis (ābols)		100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.4	52
Kopā :				6.9	10.6	23.8	222

 *iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	18 - 30	24 - 36	81 - 120	720 - 800
: ' Kartē	24.8	35.8	87.0	789

 Sastādīja
/ Inese Hohfelde SLA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu

IRG Ēdienkarte 1-2 gadu grupām

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

TK Nr.	Brokastis	32	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
168	Mannā biezu putra ar sviestu	*A01,A07	123 gr. (+/- 10%)	5.0	3.7	25.1	153
1352	Graudu maize ar biezpienu	*A01,A07	25 gr. (+/- 10%)	1.8	1.3	6.9	52
113	Piparmētru tēja ar cukuru		151 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	1.0	6
Kopā :				7.2	5.0	33.0	212
TK Nr.	Pusdienas	29	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
1466	Zivju zupa ar dārzeņiem un krējumu	*A04,A07	135 gr. (+/- 10%)	2.8	2.7	7.1	65
1458	Vārīti makaroni	*A01	60 gr. (+/- 10%)	2.6	1.2	16.8	90
1632	Gulaša mērce	*A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	6.6	9.0	5.8	131
1420	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	*A09	40 gr. (+/- 10%)	0.4	1.7	1.6	23
679	Ogu dzēriens		100 gr. (+/- 10%)	0.2	0.2	5.3	24
Kopā :				12.7	14.8	36.6	334
TK Nr.	Launags	33	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
1251	Biezpiena deserts ar ogu mērci	*A07	150 gr. (+/- 10%)	6.5	4.5	29.6	189
Kopā :				6.5	4.5	29.6	189

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	18 - 30	24 - 36	81 - 120	720 - 800
Kartē	26.4	24.3	99.2	735

Sastādīja
/ Inese Hoffelde SIA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu

IRG Ēdienkarte 1-2 gadu grupām

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

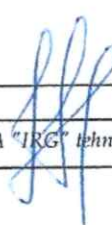
TK Nr.	Brokastis	32	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
65	Kukurūzas pārslas ar pienu	*A07	200 gr. (+/- 10%)	7.2	3.7	24.0	159
1385	Auglis (ābols)		100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.4	52
Kopā :				7.5	4.3	35.4	211

TK Nr.	Pusdienas	20	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
1147	Borščs svaigu kāpostu, ar krējumu	*A07	125 gr. (+/- 10%)	1.4	2.7	7.3	60
1806	Mājas sautējums ar vistas gaļu		150 gr. (+/- 10%)	6.4	9.6	15.5	189
1281	Burkānu salāti ar zaļumiem un krējumu	*A07	50 gr. (+/- 10%)	0.7	2.1	2.2	31
57	Rudzu rupjmaize	*A01	15 gr. (+/- 10%)	1.0	0.1	6.6	32
1518	Jāņogu dzēriens		100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.1	5.6	22
Kopā :				9.7	14.6	37.1	334

TK Nr.	Launags	29	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
27	Rauga pankūka	*A01,A03,A07	50 gr. (+/- 10%)	3.9	7.2	24.6	181
1540	Jauktu ogu mērce		10 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	3.0	13
361	Tēja ar cukuru		151 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	1.0	6
Kopā :				4.4	7.3	28.6	199

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	18 - 30	24 - 36	81 - 120	720 - 800
Kartē	21.6	26.2	101.2	744

Sastādīja 
/ Inese Hohfelde SIA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu 

IRG
Ēdienkarte 1-2 gadu grupām

Mainīties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

TK Nr.	Brokastis	28	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
1089	Prosas biezputra ar sviestu	*A07	123 gr. (+/- 10%)	3.7	3.3	24.4	142
1350	Baltmaize ar ābolu džemu	*A01	13 gr. (+/- 10%)	0.7	0.1	6.8	31
824	Augļu tēja ar cukuru		151 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	1.0	6
Kopā :				4.8	3.5	32.2	180

TK Nr.	Pusdienas	27	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
1752	Dārzeņu zupa ar gaļu un krējumu	*A07	150 gr. (+/- 10%)	3.4	4.3	9.1	90
20	Plovs ar cūkgaļu		120 gr. (+/- 10%)	7.2	9.9	24.3	215
773	Kīnas kāpostu , svaigu gurķu salāti ar eļļu		40 gr. (+/- 10%)	0.8	2.1	1.1	29
1584	Upenu dzēriens		120 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	12.2	49
Kopā :				11.8	16.4	46.7	383

TK Nr.	Lauņags	24	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
611	Kanēļa bulcīna	*A01,A03	60 gr. (+/- 10%)	3.1	3.9	27.0	158
1729	Piens 2%	*A07	100 gr. (+/- 10%)	3.0	2.0	4.5	49
Kopā :				6.1	5.9	31.5	207

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus.

	Olbalt.	/Tauki	/Ogļhidr.	/Kcal.
MK172	18 - 30	24 - 36	81 - 120	720 - 800
Kartē	22.7	25.9	110.4	769

Sastādīja
Inese Hoffelde SIA "IRG" tehnoloģis

Apstiprinu