

ĒDIENU KARTE

vienam cilvēkam dienā (g)

PIRMDIENA

Ēdienu nosaukumi

2		Brokastis					Pusdienas							Vakariņas				Produktu daudzums dienā (g)
14.03.2016		Omlete ar sieru (M.R.265)	Desa.,tomāts,siers	Kafija dabīgā,tēja	Sviests,pica	Maize,brok.pārslas,piens	Frikadeļu zupa (M.R.101)	Salātu bārs	C/G karbonāde (M.R.306)	Cepta zivs,rīsi	Kartupeļi,kečups	Krējuma-majonēzes mērce	Maize,sula,konserv.augļi ar put	Pupiņas ar žāvētu gaļu (M.R.24	Cepta vista	Gurķis marinēts,cepumi	Maize,sviests,tēja	
Nr. p/k	Produktu nosaukums	120	50	300	20	200	300	300	60	80	150	80	200	300	200	100	200	
	Gatavā ēdiena kopējā masa (g)		50	300	150	35				150	30		300			100	20	
			50			100							200				300	

vienam cilvēkam dienā (g)

OTRDIENA

Ēdienu nosaukumi

3

15.03.2016

Nr.
p/k

Produkta nosaukums

Brokastis

Pusdienas

Vakariņas

Auzu biezputra, ievārījums

Ceptas olas, majonēze

Desa, brok. pārsļas, piens

Kafija iebiezināta, krējums

Maize, sviests, gurķis, pankūkas

Rasolniks

Salātu bārs

Kartupeļi, makaroni

Cepta vista

Cepta krūtiņa

Krējuma mērcē, auglis

Maize, *sula*

Gulašs (Z.R.426)

Rīsi, tomāti ar krējumu

Smalkmaizīte, tēja

Maize, sviests

Produkta daudzums dienā (g)

***Gatavā ēdiena
kopējā masa (g)***

vienam cilvēkam dienā (g)

TREŠDIENA

Ēdienu nosaukumi

16.03.2016

[illegible]

vienam cilvēkam dienā (g)

CETURTDIENA

Ēdienu nosaukumi

5

17.03.2016

Nr.
p/k

Produkta nosaukums

Brokastis

Pusdienas

Vakariņas

Rīsu biezputra ar ievārījumu

Siers, pankūkas, krējums

Gaļa žāv., brok. pārsļas, piens

Kakao, tēja, olas, majonēze

Maize, sviests

Soľanka (M.R.124)

Salātu bārs, mērce

Cepta vista

C/G cepetis (M.R.303)

Cepti kartupeli, rīsi

Smalkmaizīte

Maize, *sula*

Mednieku desīgas

Makaroni, gurķis marinēts

Tēja, krējuma mērce

Maize, sviests, auglis

Produkta daudzums dienā (g)

***Gatavā ēdiena
kopējā masa (g)***

150

50

50

30

20

30

20

0 | 1

0 |

5

50 |

1 |

200

200

300

300

20

1

ĒDIENU KARTE

vienam cilvēkam dienā (g)

PIEKTDIENA

Ēdienu nosaukumi

6		18.03.2016		Brokastis					Pusdienas					Vakariņas				Produktu daudzums dienā (g)
Nr. p/k	Produktu nosaukums	Auzu biezputra, ievārījums	Siers, vārītas olas, majonēze	Sviests, kruasāns, gaļa žāv.	Tēja, kafija, brok. pārslas, piens	Maize	Vistas gaļas zupa	Tvaiceti dārzeņi, mērces	Cepta zivs, burkānu salāti	Šķēlēs sautēta gaļa (M.R.294)	Kartupeļu biezenis, rīsi	Uzputenis ar pienu	Maize, sula	Bifšteks, tomāti ar krējumu	Cepti kartupeļi	Smalkmaizīte	Maize , sviests, tēja	
	Gatavā ēdiena kopējā masa (g)	150	50	20	300	200	300	200	75	75	150	200	200	100	300	1	200	
		50	2	1	50			80	120		150	150	300	130			20	
			50	50	100												300	

vienam cilvēkam dienā (g)

SVĚTDIENA

Ēdienu nosaukumi

8

20.03.2016

Nr.
p/k

Produkta nosaukums

Brokastis

Pusdienas

Vakariņas

Olu kultenis (M.R.256)

Siers, biezpiena sieris

Desa, tomāts, brok. pārsļas, piens

Sviests, kruasāns

Maize, tēja, kafija

Zirņu zupa

Sv.kāpostu salāti (Z.R.61)

Galas veltnīši

Kartupeļu biezenis

Majonēze ar zaļumiem (M.R.72)

Sula, auglis, smalkmaizīte

Maize

Dārzeņu sautējums

Kotlete (M.R.321)

Tēja, vafeles, krējums

Maize, sviests

Produkta daudzums dienā (g)

***Gatavā ēdiena
kopējā masa (g)***