

Datums: 31.10.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

55 1237 250 Skābu kāpostu zupa

533 1678 3/40 Tefteļi krējuma mērcē

80 1312 160 Kartupeļi, vārīti

429 924 100 Ķirbju salāti

224 641 125 Jogurts ar ogām 125 g

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

523 1461 250 Dārzeņu zupa ar kausētu

533 1678 3/40 Tefteļi krējuma mērcē

80 1312 160 Kartupeļi, vārīti

429 924 100 Ķirbju salāti

224 641 125 Jogurts ar ogām 125 g

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

55 1237 250 Skābu kāpostu zupa

533 1678 3/40 Tefteļi krējuma mērcē

80 1312 160 Kartupeļi, vārīti

429 924 100 Ķirbju salāti

165 1386 40 Siers

341 1412 100 Auglis sezonas

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 01.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

400 888 250 Zemnieku zupa

647 1683 100 Cepti vistas šķiņķīši

507 1465 40 Krējuma mērce

85 1374 160 Vārīti griķi

119 1686 100 Burkānu salāti

293 45 200 Jogurts ar ogām 200 g

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

400 888 250 Zemnieku zupa

647 1683 100 Cepti vistas šķiņķīši

507 1465 40 Krējuma mērce

85 1374 160 Vārīti griķi

119 1686 100 Burkānu salāti

293 45 200 Jogurts ar ogām 200 g

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

400 888 250 Zemnieku zupa

647 1683 100 Cepti vistas šķiņķīši

507 1465 40 Krējuma mērce

166 540 gab Vārīta ola

85 1374 160 Vārīti griķi

119 1686 100 Burkānu salāti

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 02.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

313 39 250 Zivju zupa

648 1687 100 Viltotais zaķis

81 224 200 Kartupeļu biežputra

116 1314 100 Dārzeņu salāti

633 1639 100 Smalkmaizīte

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

313 39 250 Zivju zupa

648 1687 100 Viltotais zaķis

81 224 200 Kartupeļu biežputra

116 1314 100 Dārzeņu salāti

633 1639 100 Smalkmaizīte

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

313 39 250 Zivju zupa

648 1687 100 Viltotais zaķis

81 224 200 Kartupeļu biežputra

116 1314 100 Dārzeņu salāti

494 1471 22 Kausētais sierīšs

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 03.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

571 1476 250 Dārzeņu zupa

649 1691 150 Cūkgaļas gulašs

84 1407 160 Vārīti rīsi

651 1696 100 Sakņu salāti

211 616 150 Banāni

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

571 1476 250 Dārzeņu zupa

649 1691 150 Cūkgaļas gulašs

84 1407 160 Vārīti rīsi

651 1696 100 Sakņu salāti

211 616 150 Banāni

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

571 1476 250 Dārzeņu zupa

649 1691 150 Cūkgaļas gulašs

517 480 200 Tvaikoti brokoļi

651 1696 100 Sakņu salāti

178 408 200 Kefīrs

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 04.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

60	44	250	Pupiņu zupa
590	1507	300	Plovs ar vistas gaļu
135	1699	100	Marinēts gurķis
652	1701	0/50	Biezpiena masa ar zemenēm
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

571	1476	250	Dārzeņu zupa
590	1507	300	Plovs ar vistas gaļu
129	1700	100	Svaigs gurķis
652	1701	0/50	Biezpiena masa ar zemenēm
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

60	44	250	Pupiņu zupa
590	1507	300	Plovs ar vistas gaļu
135	1699	100	Marinēts gurķis
163	1704	100	Biezpiens ar krējumu
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 05.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

560	1387	250	Biešu zupa ar gaļu
9	76	100	Sardeles
92	242	200	Zirņu biezenis
350	1707	100	Ķīnas kāposti ar gurķiem
293	45	200	Jogurts ar ogām 200 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

560	1387	250	Biešu zupa ar gaļu
9	76	100	Sardeles
81	224	200	Kartupeļu biežputra
350	1707	100	Ķīnas kāposti ar gurķiem
293	45	200	Jogurts ar ogām 200 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

560	1387	250	Biešu zupa ar gaļu
9	76	100	Sardeles
166	540	gab	Vārīta ola
92	242	200	Zirņu biezenis
350	1707	100	Ķīnas kāposti ar gurķiem
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 06.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

484	1709	250	Puķukāpostu krēmzupa
7	1710	100	Cepta zivs
43	1449	100	Burkānu un zirnīšu sautēj
80	221	200	Kartupeļi, vārīti
207	1645	100	Bumbieri
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

484	1709	250	Puķukāpostu krēmzupa
7	1710	100	Cepta zivs
43	1449	100	Burkānu un zirnīšu sautēj
80	221	200	Kartupeļi, vārīti
207	1645	100	Bumbieri
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

484	1709	250	Puķukāpostu krēmzupa
7	1710	100	Cepta zivs
43	1449	100	Burkānu un zirnīšu sautēj
80	221	200	Kartupeļi, vārīti
207	1645	100	Bumbieri
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 07.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62	1771	250	Frikadeļu zupa
408	1714	300	Pupiņu sautējums ar ga
356	1717	gab.	Biezpiena sierīņš
100	1715	100	Vinegrets
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62	1771	250	Frikadeļu zupa
562	1518	300	Mājas sautējums
356	1717	gab.	Biezpiena sierīņš
100	1715	100	Vinegrets
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62	1771	250	Frikadeļu zupa
408	1714	300	Pupiņu sautējums ar ga
100	1715	100	Vinegrets
178	408	200	Kefīrs
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 08.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

58	40	250	Rasoļņiks
527	1719	300	Dārzeņu ragū ar cūkgaļu
117	1044	100	Biešu salāti
211	616	150	Banāni
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

367	1718	250	Dārzeņu krēmzupa
527	1719	300	Dārzeņu ragū ar cūkgaļu
117	1044	100	Biešu salāti
211	616	150	Banāni
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

58	40	250	Rasoļņiks
527	1719	300	Dārzeņu ragū ar cūkgaļu
117	1044	100	Biešu salāti
211	616	150	Banāni
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 09.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

366	845	250	Vistas zupa ar dārz. un pā
101	1463	300	Makaroni ar gaļu
119	1686	100	Burkānu salāti
293	45	200	Jogurts ar ogām 200 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

366	845	250	Vistas zupa ar dārz. un pā
101	1463	300	Makaroni ar gaļu
119	1686	100	Burkānu salāti
293	45	200	Jogurts ar ogām 200 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

366	845	250	Vistas zupa ar dārz. un pā
363	842	100	Griķi ar gaļu
119	1686	100	Burkānu salāti
504	1067	30	Galetes
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 10.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

52	29	250	Borščs
347	824	100	Vistas aknu strogonovs
85	1374	160	Vārīti griķi
122	1069	100	Svaigu kāpostu salāti
341	1412	100	Auglis sezonas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

52	29	250	Borščs
347	824	100	Vistas aknu strogonovs
85	1374	160	Vārīti griķi
122	1069	100	Svaigu kāpostu salāti
341	1412	100	Auglis sezonas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

52	29	250	Borščs
347	824	100	Vistas aknu strogonovs
85	1374	160	Vārīti griķi
122	1069	100	Svaigu kāpostu salāti
341	1412	100	Auglis sezonas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 11.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

314	31	250	Harčo
319	1721	100	Zivju kotletes
80	221	200	Kartupeļi, vārīti
641	1657	40	Spinātu mērce
117	1044	100	Biešu salāti
224	641	125	Jogurts ar ogām 125 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

571	1476	250	Dārzeņu zupa
319	1721	100	Zivju kotletes
80	221	200	Kartupeļi, vārīti
641	1657	40	Spinātu mērce
117	1044	100	Biešu salāti
224	641	125	Jogurts ar ogām 125 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

314	31	250	Harčo
319	1721	100	Zivju kotletes
80	221	200	Kartupeļi, vārīti
641	1657	40	Spinātu mērce
117	1044	100	Biešu salāti
165	1386	40	Siers
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 12.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

336 1418 250 Soļanka

647 1683 100 Cepti vistas šķiņķīši

507 1465 40 Krējuma mērce

84 1407 160 Vārīti rīsi

116 1314 100 Dārzeņu salāti

341 1412 100 Auglis sezonas

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

46 21 250 Piena zupa ar makaronier

647 1683 100 Cepti vistas šķiņķīši

507 1465 40 Krējuma mērce

84 1407 160 Vārīti rīsi

116 1314 100 Dārzeņu salāti

341 1412 100 Auglis sezonas

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

336 1418 250 Soļanka

647 1683 100 Cepti vistas šķiņķīši

507 1465 40 Krējuma mērce

85 1374 160 Vārīti griķi

116 1314 100 Dārzeņu salāti

341 1412 100 Auglis sezonas

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 13.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

424 916 250 Vistas zupa ar rīsiem

417 1723 100 Gaļas kebabs

80 221 200 Kartupeļi, vārīti

354 1728 100 Sautēti burkāni ar ķirbiem

90 1725 40 Tomātu mērce

293 45 200 Jogurts ar ogām 200 g

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

424 916 250 Vistas zupa ar rīsiem

545 1671 100 Vistas kotlete

80 221 200 Kartupeļi, vārīti

354 1728 100 Sautēti burkāni ar ķirbiem

293 45 200 Jogurts ar ogām 200 g

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

424 916 250 Vistas zupa ar rīsiem

417 1723 100 Gaļas kebabs

80 221 200 Kartupeļi, vārīti

354 1728 100 Sautēti burkāni ar ķirbiem

90 1725 40 Tomātu mērce

291 1634 200 Jogurts bez garšas

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 14.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62 1771 250 Frikadeļu zupa

589 1504 300 Plovs ar cūkgaļu

135 1699 100 Marinēts gurķis

633 1638 50 Smalkmaizīte

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62 1771 250 Frikadeļu zupa

590 1507 300 Plovs ar vistas gaļu

129 1700 100 Svaigs gurķis

633 1638 50 Smalkmaizīte

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62 1771 250 Frikadeļu zupa

589 1504 300 Plovs ar cūkgaļu

10 113 40 Vārīta desa

135 1699 100 Marinēts gurķis

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 15.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

571 1476 250 Dārzeņu zupa

647 1683 100 Cepti vistas šķiņķīši

159 1729 200 Miežu biezputra

651 1696 100 Sakņu salāti

653 1731 120 Biezpiens ar rozīnēm

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

571 1476 250 Dārzeņu zupa

647 1683 100 Cepti vistas šķiņķīši

159 1729 200 Miežu biezputra

651 1696 100 Sakņu salāti

653 1731 120 Biezpiens ar rozīnēm

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

571 1476 250 Dārzeņu zupa

647 1683 100 Cepti vistas šķiņķīši

159 1729 200 Miežu biezputra

651 1696 100 Sakņu salāti

163 1705 150 Biezpiens ar krējumu

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 16.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

54	32	250	Skābeņu zupa
29	1736	120	Maltās gaļas mērce
83	1373	160	Vārīti makaroni
556	1369	100	Raibie salāti
211	616	150	Banāni
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

654	1733	250	Vistas zupa ar brokoļiem
29	1736	120	Maltās gaļas mērce
83	1373	160	Vārīti makaroni
556	1369	100	Raibie salāti
211	616	150	Banāni
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

54	32	250	Skābeņu zupa
29	1736	120	Maltās gaļas mērce
85	1374	160	Vārīti griķi
556	1369	100	Raibie salāti
341	1412	100	Auglis sezonas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 17.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

400	888	250	Zemnieku zupa
415	1737	100	Bulgāru kotlete
80	1739	250	Kartupeļi, vārīti
119	1686	100	Burkānu salāti
224	641	125	Jogurts ar ogām 125 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

444	1751	250	Brokoļu zupa
415	1737	100	Bulgāru kotlete
80	1739	250	Kartupeļi, vārīti
119	1686	100	Burkānu salāti
224	641	125	Jogurts ar ogām 125 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

400	888	250	Zemnieku zupa
415	1737	100	Bulgāru kotlete
80	1739	250	Kartupeļi, vārīti
119	1686	100	Burkānu salāti
165	1386	40	Siers
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 18.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

560	1387	250	Biešu zupa ar gaļu
11	114	100	Vistas veltnis siera cepurē
81	250	200	Kartupeļu biežputra
331	1436	40	Sēņu mērce
656	1741	100	Svaigu kāpostu-burkānu s
145	432	3/40	Biezpiena sacepums ar dz
341	1412	100	Auglis sezonas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

560	1387	250	Biešu zupa ar gaļu
11	114	100	Vistas veltnis siera cepurē
81	250	200	Kartupeļu biežputra
331	1436	40	Sēņu mērce
656	1741	100	Svaigu kāpostu-burkānu s
145	432	3/40	Biezpiena sacepums ar dz
341	1412	100	Auglis sezonas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

560	1387	250	Biešu zupa ar gaļu
11	114	100	Vistas veltnis siera cepurē
81	250	200	Kartupeļu biežputra
331	1436	40	Sēņu mērce
656	1741	100	Svaigu kāpostu-burkānu s

341 1412 100 Auglis sezonas

645 1675 1 Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 19.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

330	48	250	Sēņu zupa
101	981	250	Makaroni ar gaļu
498	1d53	350	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem
453	954	100	Kabaču-tomātu sautējums
207	1645	100	Bumbieri
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

657	1744	250	Sēņu krēmzupa
101	981	250	Makaroni ar gaļu
498	1d53	350	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem
453	954	100	Kabaču-tomātu sautējums
207	1645	100	Bumbieri
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

330	48	250	Sēņu zupa
363	842	100	Griķi ar gaļu
453	954	100	Kabaču-tomātu sautējums
207	1645	100	Bumbieri
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 20.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

444	1751	250	Brokoļu zupa
659	1752	100	Mājas kotlete
641	1657	40	Spinātu mērce
85	238b	200	Vārīti griķi
119	1686	100	Burkānu salāti
557	1378	50	Kēkss
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

444	1751	250	Brokoļu zupa
545	1671	100	Vistas kotlete
641	1657	40	Spinātu mērce
85	238b	200	Vārīti griķi
119	1686	100	Burkānu salāti
557	1378	50	Kēkss
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

444	1751	250	Brokoļu zupa
659	1752	100	Mājas kotlete
641	1657	40	Spinātu mērce
85	238b	200	Vārīti griķi
119	1686	100	Burkānu salāti
163	1705	150	Biezpiens ar krējumu
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 21.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

52	29	250	Borščs
546	1352	300	Slinkie tīteņi
170	547	100	Siera/olu salāti
211	616	150	Banāni
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

52	29	250	Borščs
546	1352	300	Slinkie tīteņi
170	547	100	Siera/olu salāti
211	616	150	Banāni
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

52	29	250	Borščs
546	1352	300	Slinkie tīteņi
170	547	100	Siera/olu salāti
341	1412	100	Auglis sezonas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 22.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

60	44	250	Pupiņu zupa
648	1687	100	Viltotais zaķis
80	221	200	Kartupeļi, vārīti
124	1052	100	Skābu kāpostu salāti
341	1412	100	Auglis sezonas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

424	916	250	Vistas zupa ar rīsiem
648	1687	100	Viltotais zaķis
80	221	200	Kartupeļi, vārīti
124	1052	100	Skābu kāpostu salāti
341	1412	100	Auglis sezonas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

60	44	250	Pupiņu zupa
648	1687	100	Viltotais zaķis
80	221	200	Kartupeļi, vārīti
124	1052	100	Skābu kāpostu salāti
341	1412	100	Auglis sezonas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 23.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

571	1476	250	Dārzeņu zupa
7	1710	100	Cepta zivs
43	1449	100	Burkānu un zirniņu sautēj
84	1407	160	Vārīti rīsi
293	45	200	Jogurts ar ogām 200 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

571	1476	250	Dārzeņu zupa
7	1710	100	Cepta zivs
43	1449	100	Burkānu un zirniņu sautēj
84	1407	160	Vārīti rīsi
293	45	200	Jogurts ar ogām 200 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

571	1476	250	Dārzeņu zupa
7	1710	100	Cepta zivs
43	1449	100	Burkānu un zirniņu sautēj
85	1374	160	Vārīti griķi
291	063	125	Jogurts bez garšas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 24.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

336	1418	250	Soļanka
29	160	100	Maltās gaļas mērce
80	1312	160	Kartupeļi, vārīti
117	1044	100	Biešu salāti
207	1645	100	Bumbieri
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

661	1762	250	Vistas zupa ar nūdelēm
29	160	100	Maltās gaļas mērce
80	1312	160	Kartupeļi, vārīti
117	1044	100	Biešu salāti
207	1645	100	Bumbieri
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

336	1418	250	Soļanka
29	160	100	Maltās gaļas mērce
80	1312	160	Kartupeļi, vārīti
10	113	40	Vārīta desa
117	1044	100	Biešu salāti
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 25.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

560	1387	250	Biešu zupa ar gaļu
649	1691	150	Cūkgaļas gulašs
80	1739	250	Kartupeļi, vārīti
124	1052	100	Skābu kāpostu salāti
636	1647	3/30	Maizes zupa ar putukrēju
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

560	1387	250	Biešu zupa ar gaļu
649	1691	150	Cūkgaļas gulašs
80	1739	250	Kartupeļi, vārīti
124	1052	100	Skābu kāpostu salāti
636	1647	3/30	Maizes zupa ar putukrēju
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

560	1387	250	Biešu zupa ar gaļu
649	1691	150	Cūkgaļas gulašs
80	1739	250	Kartupeļi, vārīti
124	1052	100	Skābu kāpostu salāti
163	1704	100	Biezpiens ar krējumu
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 26.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62	1771	250	Frikadeļu zupa
545	1671	100	Vistas kotlete
331	1436	40	Sēņu mērce
86	241	200	Vārītas grūbas
117	1044	100	Biešu salāti
211	616	150	Banāni
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62	1771	250	Frikadeļu zupa
545	1671	100	Vistas kotlete
331	1436	40	Sēņu mērce
86	241	200	Vārītas grūbas
117	1044	100	Biešu salāti
211	616	150	Banāni
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62	1771	250	Frikadeļu zupa
545	1671	100	Vistas kotlete
331	1436	40	Sēņu mērce
86	241	200	Vārītas grūbas
117	1044	100	Biešu salāti
220	635	100	Biezpiena sacepums ar
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 27.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

424	916	250	Vistas zupa ar rīsiem
347	1768	120	Vistas aknu strogonovs
85	1374	160	Vārīti griķi
588	1210	100	Kāposti ar tomātiem un d
633	1639	100	Smalkmaizīte
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

424	916	250	Vistas zupa ar rīsiem
347	1768	120	Vistas aknu strogonovs
85	1374	160	Vārīti griķi
588	1210	100	Kāposti ar tomātiem un d
633	1639	100	Smalkmaizīte
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

424	916	250	Vistas zupa ar rīsiem
347	1768	120	Vistas aknu strogonovs
85	1374	160	Vārīti griķi
588	1210	100	Kāposti ar tomātiem un d
291	1634	200	Jogurts bez garšas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 28.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

55	1237	250	Skābu kāpostu zupa
533	1678	1/40	Tefteli krējuma mērcē
80	1312	160	Kartupeļi, vārīti
429	924	100	Ķirbju salāti
224	641	125	Jogurts ar ogām 125 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

523	1461	250	Dārzeņu zupa ar kausētu
533	1678	1/40	Tefteli krējuma mērcē
80	1312	160	Kartupeļi, vārīti
429	924	100	Ķirbju salāti
224	641	125	Jogurts ar ogām 125 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

55	1237	250	Skābu kāpostu zupa
533	1678	1/40	Tefteli krējuma mērcē
80	1312	160	Kartupeļi, vārīti
429	924	100	Ķirbju salāti
165	1386	40	Siers
341	1412	100	Auglis sezonas
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 29.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62	1771	250	Frikadeļu zupa
647	1683	100	Cepti vistas šķiņķīši
507	1465	40	Krējuma mērce
85	238d	200	Vārīti griķi
119	1686	100	Burkānu salāti
293	45	200	Jogurts ar ogām 200 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62	1771	250	Frikadeļu zupa
647	1683	100	Cepti vistas šķiņķīši
507	1465	40	Krējuma mērce
85	238d	200	Vārīti griķi
119	1686	100	Burkānu salāti
293	45	200	Jogurts ar ogām 200 g
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

62	1771	250	Frikadeļu zupa
647	1683	100	Cepti vistas šķiņķīši
507	1465	40	Krējuma mērce
166	540	gab	Vārīta ola
85	238d	200	Vārīti griķi
119	1686	100	Burkānu salāti
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 30.11.2024

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

313	39	250	Zivju zupa
648	1687	100	Viltotais zaķis
81	224	200	Kartupeļu biežputra
116	1314	100	Dārzeņu salāti
633	1639	100	Smalkmaizīte
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

313	39	250	Zivju zupa
648	1687	100	Viltotais zaķis
81	224	200	Kartupeļu biežputra
116	1314	100	Dārzeņu salāti
633	1639	100	Smalkmaizīte
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas + maize: 50 grami

313	39	250	Zivju zupa
648	1687	100	Viltotais zaķis
81	224	200	Kartupeļu biežputra
116	1314	100	Dārzeņu salāti
494	1471	22	Kausētais sierīņš
645	1675	1	Tējas maisiņš 1gab.