

Ēdienkarte

20.05.2019.

Raunas novada dome Reg.n:90000057973

TK Nr.	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars g	UZTURVIELAS			
			OLB	TAUKI	OGLHIDR.	KCAL

0920021 : Raunas vidusskolas ēdināšanas pakalpojumu sniegšanas vieta**Datums: 20.05.2019****Grupa: K 1-4**

2.Pusdienas		klase 1-4				
000305	Skābeņu zupa	150	8,6	21,8	20,7	358,7
000095	Saldskābmaize	40	2,9	0,4	21,6	101,4
000097	Sulas mērce	100	0,0	0,0	24,1	96,4
000261	Rīsu biezputra	60	3,1	5,1	21,6	145,4
		350	14,6	27,4	88,0	701,8

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 12-28 16-29 55-113 490-750

350 14,6 27,4 88,0 701,8
Uzturvielu attiecība: 1,0 2,2 6,0

Grupa: K 5-9

2.Pusdienas		klase 5-9				
000305	Skābeņu zupa	200	11,5	29,7	27,7	478,2
000095	Saldskābmaize	40	2,9	0,4	21,6	101,4
000097	Sulas mērce	100	0,0	0,0	24,1	96,4
000261	Rīsu biezputra	80	4,2	6,9	28,8	193,9
		420	18,6	37,0	102,2	869,9

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 18-36 23-37 79-144 700-960

420 18,6 37,0 102,2 869,9
Uzturvielu attiecība: 1,0 2,3 5,5

Grupa: K10-12

2.Pusdienas		klase10-12				
000305	Skābeņu zupa	250	17,1	30,6	29,0	502,5
000095	Saldskābmaize	40	2,9	0,4	21,6	101,4
000097	Sulas mērce	100	0,0	0,0	24,1	96,4
000261	Rīsu biezputra	80	4,2	6,9	28,8	193,9
		470	24,1	37,8	103,5	894,1

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 20-37 27-38 90-147 800-980

470 24,1 37,8 103,5 894,1
Uzturvielu attiecība: 1,0 2,3 5,4

Ēdienkarte

21.05.2019.

Raunas novada dome Reg.n:90000057973

TK Nr.	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars g	UZTURVIELAS			
			OLB	TAUKI	OGLHIDR.	KCAL

0920021 : Raunas vidusskolas ēdināšanas pakalpojumu sniegšanas vieta

Datums: 21.05.2019

Grupa: K 1-4

2.Pusdienas		klase 1-4				
000614	Griķi	100	4,3	1,3	21,8	115,8
000234	Maltas gaļas mērce	80	10,6	17,9	6,2	305,9
000596	Gurķi ar krējumu	80	1,0	2,5	2,5	36,3
000322	Sulas dzēriens	200	0,0	0,0	20,0	79,8
000372	Karameļu maizīte	40	0,7	2,0	5,3	42,2
		500	16,6	23,6	55,8	580,0

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 12-28 16-29 55-113 490-750

500 16,6 23,6 55,8 580,0
Uzturvielu attiecība: 1,0 2,0 3,2

Grupa: K 5-9

2.Pusdienas		klase 5-9				
000614	Griķi	200	8,6	2,6	43,5	231,7
000234	Maltas gaļas mērce	100	10,6	17,9	6,2	305,9
000596	Gurķi ar krējumu	100	1,3	3,3	3,4	48,4
000322	Sulas dzēriens	200	0,0	0,0	20,0	79,8
000372	Karameļu maizīte	40	1,4	4,0	10,7	84,3
		640	22,0	27,7	83,7	750,1

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 18-36 23-37 79-144 700-960

640 22,0 27,7 83,7 750,1
Uzturvielu attiecība: 1,0 1,7 3,7

Grupa: K10-12

2.Pusdienas		klase10-12				
000614	Griķi	250	11,1	2,7	50,7	243,3
000234	Maltas gaļas mērce	100	13,3	24,8	6,9	382,4
000596	Gurķi ar krējumu	100	1,3	3,3	3,4	48,4
000322	Sulas dzēriens	200	0,0	0,0	20,0	79,8
000372	Karameļu maizīte	40	1,4	4,0	10,7	84,3
		690	27,1	34,8	91,7	838,2

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 20-37 27-38 90-147 800-980

690 27,1 34,8 91,7 838,2
Uzturvielu attiecība: 1,0 1,8 3,3

Ēdienkarte

22.05.2019.

Raunas novada dome Reg.n:90000057973

TK Nr.	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars g	UZTURVIELAS			
			OLB	TAUKI	OGLHIDR.	KCAL

0920021 : Raunas vidusskolas ēdināšanas pakalpojumu sniegšanas vieta

Datums: 22.05.2019

Grupa: K 1-4

2.Pusdienas		klase 1-4				
000178	Vārīti kartupeļi	100	2,4	0,1	20,6	81,0
000176	Kotlete	60	8,8	7,4	1,4	107,4
000179	Krējuma mērce	40	1,9	12,0	6,4	231,7
000190	Vitamīnu salāti	100	0,5	3,0	13,6	43,7
000322	Sulas dzēriens	200	0,0	0,0	20,0	79,8
		500	13,6	22,6	62,0	543,6

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 12-28 16-29 55-113 490-750

500 13,6 22,6 62,0 543,6

Uzturvielu attiecība: 1,0 2,4 3,6

Grupa: K 5-9

2.Pusdienas		klase 5-9				
000178	Vārīti kartupeļi	150	3,6	0,2	36,4	121,4
000176	Kotlete	80	14,0	11,9	2,2	171,9
000179	Krējuma mērce	50	2,4	17,6	8,0	289,6
000190	Vitamīnu salāti	100	0,5	3,0	13,6	43,7
000322	Sulas dzēriens	200	0,0	0,0	20,0	79,8
		580	20,5	32,6	80,2	706,5

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 18-36 23-37 79-144 700-960

580 20,5 32,6 80,2 706,5

Uzturvielu attiecība: 1,0 2,1 2,9

Grupa: K10-12

2.Pusdienas		klase10-12				
000178	Vārīti kartupeļi	250	5,9	0,3	54,0	202,4
000176	Kotlete	100	17,5	14,8	2,8	214,9
000179	Krējuma mērce	50	2,4	17,6	8,0	289,6
000190	Vitamīnu salāti	100	0,5	3,0	13,6	43,7
000322	Sulas dzēriens	200	0,0	0,0	20,0	79,8
		700	26,4	35,7	98,3	830,4

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 20-37 27-38 90-147 800-980

700 26,4 35,7 98,3 830,4

Uzturvielu attiecība: 1,0 1,7 3,0

Ēdienkarte

23.05.2019.

Raunas novada dome Reg.n:90000057973

TK Nr.	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars g	UZTURVIELAS			
			OLB	TAUKI	OGLHIDR.	KCAL

0920021 : Raunas vidusskolas ēdināšanas pakalpojumu sniegšanas vieta

Datums: 23.05.2019

Grupa: K 1-4

2.Pusdienas		klase 1-4				
000178	Vārīti kartupeļi	150	2,4	0,1	20,6	81,0
000238	Azū	80	7,6	13,9	15,9	359,3
000232	Biešu salāti	100	0,0	14,0	0,1	216,0
000322	Sulas dzēriens	200	0,0	0,0	20,0	79,8
000324	Biezpiena sieriņš	40	5,2	0,4	5,6	6,9
		570	15,1	28,4	62,2	743,0

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 12-28 16-29 55-113 490-750

570	15,1	28,4	62,6	743,0
------------	-------------	-------------	-------------	--------------

Uzturvielu attiecība:	1,0	5,8	4,4	
------------------------------	------------	------------	------------	--

Grupa: K 5-9

2.Pusdienas		klase 5-9				
000178	Vārīti kartupeļi	200	6,6	0,2	36,4	121,4
000238	Azū	100	10,1	20,3	17,9	479,5
000232	Biešu salāti	100	0,0	14,0	0,1	216,0
000322	Sulas dzēriens	200	0,0	0,0	20,0	79,8
000324	Biezpiena sieriņš	40	5,2	0,4	5,6	6,9
		640	21,8	34,8	80,0	903,7

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 18-36 23-37 79-144 700-960

640	21,8	34,8	55,0	903,7
------------	-------------	-------------	-------------	--------------

Uzturvielu attiecība:	1,0	5,1	4,0	
------------------------------	------------	------------	------------	--

Grupa: K10-12

2.Pusdienas		klase10-12				
000178	Vārīti kartupeļi	250	10,6	0,2	40,4	121,4
000238	Azū	100	10,1	20,3	17,9	479,5
000232	Biešu salāti	100	0,0	14,0	0,1	216,0
000322	Sulas dzēriens	200	0,0	0,0	20,0	79,8
000324	Biezpiena sieriņš	40	0,2	0,4	5,6	6,9
		690	20,8	34,8	84,0	903,7

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 20-37 27-38 90-147 800-980

690	20,8	34,8	84,0	903,7
------------	-------------	-------------	-------------	--------------

Uzturvielu attiecība:	1,0	5,1	4,0	
------------------------------	------------	------------	------------	--

Ēdienkarte

24.05.2019.

Raunas novada dome Reg.n:90000057973

TK Nr.	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars g	UZTURVIELAS			
			OLB	TAUKI	OGLHIDR.	KCAL

0920021 : Raunas vidusskolas ēdināšanas pakalpojumu sniegšanas vieta**Datums: 24.05.2019****Grupa: K 1-4**

2.Pusdienas		klase 1-4				
000314	Pelēko zirņu -putraimu zupa	200	18,7	17,7	34,0	370,0
000095	Saldskābmaize	40	2,9	0,4	21,6	101,4
000096	Rīsu krems	50	1,8	10,7	16,6	169,4
000097	Sulas mērce	100	0,0	0,0	24,1	96,4
		390	23,4	28,7	96,2	737,2

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 12-28 16-29 55-113 490-750

390 23,4 28,7 96,2 737,2**Uzturvielu attiecība: 1,0 1,2 4,1****Grupa: K 5-9**

2.Pusdienas		klase 5-9				
000314	Pelēko zirņu -putraimu zupa	250	23,4	22,1	42,5	462,4
000095	Saldskābmaize	50	3,6	0,5	27,0	126,7
000096	Rīsu krems	60	2,2	12,8	19,9	203,3
000097	Sulas mērce	100	0,0	0,0	24,1	96,4
		460	29,2	35,4	113,4	888,9

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 18-36 23-37 79-144 700-960

460 29,2 35,4 113,4 888,9**Uzturvielu attiecība: 1,0 1,2 3,9****Grupa: K10-12**

2.Pusdienas		klase10-12				
000314	Pelēko zirņu -putraimu zupa	230	21,6	20,4	39,1	426,0
000095	Saldskābmaize	50	3,6	0,5	27,0	126,7
000096	Rīsu krems	80	2,9	17,0	26,6	271,1
000097	Sulas mērce	100	0,0	0,0	24,1	96,4
		460	28,0	37,9	116,7	920,2

Pēc MK not.Nr 172.no 13.03.2012,groz. 01.09.2018 20-37 27-38 90-147 800-980

460 28,0 37,9 116,7 920,2**Uzturvielu attiecība: 1,0 1,4 4,2**

Vielas vai produkti, kuri var izraisīt alerģiju vai nepanesību.**20.05.-24.05. ēdienkartes****Kviešu milti.**

Maize

Skābeņu zupa

Maltas gaļas mērce

Karameļu maizīte

Azū

Cepumu krems

Piens un tā produkti.

Pelēko zirņu zupa

Cepumu krems

Azū

Biezpiena sierīņš

Karameļu maizīte

Maltas gaļas mērce

Skābeņu zupa

Rīsu krems

Svaigi gurķi ar krējumu

Olas un tā produkti.

Kotlete

Skābeņu zupa

Karameļu maizīte

Cepumu krems