

ID	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars, g	Enerģētiskā vērtība, kcal	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Ogļhidrāti, g	Sāls, g	Cukurs, g	Šķiedrvielas, g	Alerģēni
Brokastis										
57711	Bezlaktozes rīsu biezputra	250	290,053	8,566	2,424	58,466	0,5	4,25	0,861	7
57824	Biezpiens ar jogurtu	100	92	16	0,84	5				7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
55928	Zāļu tēja	200								
	Kopā		460,95	26,91	3,89	78,89	0,5	4,25	2	
Otrās brokastis										
57811	Rīsu dzēriens ar ogām	200	113,988	0,506	2,464	21,987			1,225	
	Kopā		113,99	0,51	2,46	21,99			1,23	
Pusdienas										
52111	Vistas gaļas buljons	250	27,765	2,374	1,274	1,623	0,25		0,484	
58315	Vitamīnu kartupeļu biezenis, bez taukiem	200	98,535	3,696	0,664	18,854	0,2		5,194	7;9
56343	Vārīta vistas fileja	50	72,043	15,359	1,182	0,18	0,2		0,094	
51751	Paniņas	200	69	7	1	8				7
	Kopā		267,34	28,43	4,12	28,66	0,65		5,77	
Launags										
56244	Ogu ķīselis bez cukura	200	73,744	0,892	0,232	15,912			2,64	
	Kopā		73,74	0,89	0,23	15,91			2,64	
Vakariņas										
57716	Bezlaktozes mannā putra	250	221,585	10,975	4,212	34,552	1	5	0,025	1;7
58325	Tvaicēta omlete no olu baltumiem	100	49,95	8,735	0,6	2,377	0,4			7
55928	Zāļu tēja	200								
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
	Kopā		350,44	22,05	5,44	52,35	1,4	5	1,16	
Otrās vakariņas										
57956	Ābolu banānu biezenis	130	91,015	0,693	0,813	19,664			3,006	
	Kopā		91,01	0,69	0,81	19,66			3,01	
Diena kopā			1357,48	79,48	16,97	217,46	2,55	9,25	15,81	

ID	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars, g	Enerģētiskā vērtība, kcal	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Ogļhidrāti, g	Sāls, g	Cukurs, g	Šķiedrvielas, g	Alerģēni
Brokastis										
58256	Bezlaktozes prosas pārslu putra	200	172,532	7,584	2,514	29,72	0,4	1	1,216	7
57909	Biezpiens ar kefīru, blenderēts	100	77	12,56	1,3	3,92				7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
55928	Zāļu tēja	200								
	Kopā		328,43	22,48	4,44	49,06	0,4	1	2,36	
Otrās brokastis										
57812	Rīsu dzēriens ar banāniem	200	132,8	0,64	2,32	27,2			0,72	
	Kopā		132,8	0,64	2,32	27,2			0,72	
Pusdienas										
52111	Vistas gaļas buljons	250	27,765	2,374	1,274	1,623	0,25		0,484	
58008	Tvaicēta zivs fileja	70	69,846	16,122	0,551	0,1	0,28		0,019	4
57244	Mīcīti kartupeļi ar dārzeņu buljonu	200	142,693	4,103	0,223	30,012	0,2		4,465	9
51751	Paniņas	200	69	7	1	8				7
	Kopā		309,3	29,6	3,05	39,74	0,73		4,97	
Launags										
56244	Ogu ķīselis bez cukura	200	73,744	0,892	0,232	15,912			2,64	
	Kopā		73,74	0,89	0,23	15,91			2,64	
Vakariņas										
57711	Bezlaktozes rīsu biezputra	250	290,053	8,566	2,424	58,466	0,5	4,25	0,861	7
58326	Olu kultenis no olu baltumiem	100	49,95	8,735	0,6	2,377	0,4			7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
52941	Zāļu tēja	200								
	Kopā		418,9	19,64	3,65	76,26	0,9	4,25	2	
Otrās vakariņas										
57827	Bumbieru biezenis	130	59,523	0,542	0,325	13,444			3,578	
	Kopā		59,52	0,54	0,33	13,44			3,58	
Diena kopā			1322,71	73,8	14,02	221,61	2,03	5,25	16,26	

ID	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars, g	Enerģētiskā vērtība, kcal	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Ogļhidrāti, g	Sāls, g	Cukurs, g	Šķiedrvielas, g	Alerģēni
Brokastis										
57716	Bezlaktozes mannā putra	250	221,585	10,975	4,212	34,552	1	5	0,025	1;7
57824	Biezpiens ar jogurtu	100	92	16	0,84	5				7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
55928	Zāļu tēja	200								
	Kopā		392,48	29,32	5,68	54,97	1	5	1,16	
Otrās brokastis										
57812	Risu dzēriens ar banāniem	200	132,8	0,64	2,32	27,2			0,72	
	Kopā		132,8	0,64	2,32	27,2			0,72	
Pusdienas										
58225	Cūkgaļas buljons	250	125,287	6,235	10,558	1,259	0,5		0,201	
58316	Kartupeļu un ķirbju biezputra, bez taukiem	200	108	3,7	0,48	21,46	0,6		3,84	7
56343	Vārīta vistas fileja	50	72,043	15,359	1,182	0,18	0,2		0,094	
51751	Paniņas	200	69	7	1	8				7
	Kopā		374,33	32,29	13,22	30,9	1,3		4,14	
Launags										
56244	Ogu ķīselis bez cukura	200	73,744	0,892	0,232	15,912			2,64	
	Kopā		73,74	0,89	0,23	15,91			2,64	
Vakariņas										
57977	Bezlaktozes auzu pārslu putra	250	199,238	9,088	4,688	30,2	0,25		2,025	1;7
58326	Olu kultenis no olu baltumiem	100	49,95	8,735	0,6	2,377	0,4			7
55928	Zāļu tēja	200								
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
	Kopā		328,09	20,16	5,92	48	0,65		3,16	
Otrās vakariņas										
57956	Ābolu banānu biezenis	130	91,015	0,693	0,813	19,664			3,006	
	Kopā		91,01	0,69	0,81	19,66			3,01	
Diena kopā			1392,46	84	28,18	196,64	2,95	5	14,83	

ID	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars, g	Energētiskā vērtība, kcal	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Ogļhidrāti, g	Sāls, g	Cukurs, g	Šķiedrvielas, g	Alerģēni
Brokastis										
57716	Bezlaktozes mannā putra	250	221,585	10,975	4,212	34,552	1	5	0,025	1;7
57824	Biezpiens ar jogurtu	100	92	16	0,84	5				7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
55928	Zāļu tēja	200								
	Kopā		392,48	29,32	5,68	54,97	1	5	1,16	
Otrās brokastis										
57811	Rīsu dzēriens ar ogām	200	113,988	0,506	2,464	21,987			1,225	
	Kopā		113,99	0,51	2,46	21,99			1,23	
Pusdienas										
52111	Vistas gaļas buljons	250	27,765	2,374	1,274	1,623	0,25		0,484	
56343	Vārīta vistas fileja	50	72,043	15,359	1,182	0,18	0,2		0,094	
58316	Kartupeļu un ķirbju biezputra, bez taukiem	200	108	3,7	0,48	21,46	0,6		3,84	7
51751	Paniņas	200	69	7	1	8				7
	Kopā		276,81	28,43	3,94	31,26	1,05		4,42	
Launags										
58103	Rabarberu un zemeņu ķīselis bez cukura	200	54,036	0,888	0,308	10,788			2,88	
	Kopā		54,04	0,89	0,31	10,79			2,88	
Vakariņas										
57711	Bezlaktozes rīsu biezputra	250	290,053	8,566	2,424	58,466	0,5	4,25	0,861	7
58326	Olu kultenis no olu baltumiem	100	49,95	8,735	0,6	2,377	0,4			7
55928	Zāļu tēja	200								
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
	Kopā		418,9	19,64	3,65	76,26	0,9	4,25	2	
Otrās vakariņas										
57878	Ābolu bumbieru biezenis	130	74,91	0,502	0,701	16,226			3,334	
	Kopā		74,91	0,5	0,7	16,23			3,33	
Diena kopā			1331,13	79,28	16,74	211,5	2,95	9,25	15,02	

ID	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars, g	Enerģētiskā vērtība, kcal	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Ogļhidrāti, g	Sāls, g	Cukurs, g	Šķiedrvielas, g	Alerģēni
Brokastis										
58257	Bezlaktozes kukurūzas pārslu putra	250	201,865	7,475	2,325	37,56	0,5	1,25	3,525	7
57824	Biezpiens ar jogurtu	100	92	16	0,84	5				7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
55928	Zāļu tēja	200								
	Kopā		372,76	25,82	3,8	57,98	0,5	1,25	4,66	
Otrās brokastis										
57897	Zemeņu kokteilis ar rīsu pienu	200	116,192	0,555	2,129	23,203			1,855	
	Kopā		116,19	0,55	2,13	23,2			1,85	
Pusdienas										
52111	Vistas gaļas buljons	250	27,765	2,374	1,274	1,623	0,25		0,484	
56343	Vārīta vistas fileja	50	72,043	15,359	1,182	0,18	0,2		0,094	
58184	Burkānu kartupeļu biezenis	200	119,143	2,709	4,31	16,958	0,8		5,208	
51751	Paniņas	200	69	7	1	8				7
	Kopā		287,95	27,44	7,77	26,76	1,25		5,79	
Launags										
56244	Ogu ķīselis bez cukura	200	73,744	0,892	0,232	15,912			2,64	
	Kopā		73,74	0,89	0,23	15,91			2,64	
Vakariņas										
58263	Bezlaktozes rīsu pārslu putra	250	221,26	8,32	2,865	40,552	0,25	1,25	0,56	7
58325	Tvaicēta omlete no olu baltumiem	100	49,95	8,735	0,6	2,377	0,4			7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
52941	Zāļu tēja	200								
	Kopā		350,11	19,4	4,1	58,35	0,65	1,25	1,7	
Otrās vakariņas										
57880	Ābolu biezenis ar mango un zemenēm	130	80,697	0,645	0,744	17,044			2,786	
	Kopā		80,7	0,65	0,74	17,04			2,79	
Diena kopā			1281,46	74,74	18,76	199,25	2,4	2,5	19,43	

ID	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars, g	Enerģētiskā vērtība, kcal	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Ogļhidrāti, g	Sāls, g	Cukurs, g	Šķiedrvielas, g	Alerģēni
Brokastis										
58414	Griķu mannas putra bez laktozes	250	156,521	6,94	2,638	25,885	0,25	1,75	0,765	7
57824	Biezpiens ar jogurtu	100	92	16	0,84	5				7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
55928	Zāļu tēja	200								
	Kopā		327,42	25,28	4,11	46,3	0,25	1,75	1,9	
Otrās brokastis										
57811	Rīsu dzēriens ar ogām	200	113,988	0,506	2,464	21,987			1,225	
	Kopā		113,99	0,51	2,46	21,99			1,23	
Pusdienas										
58225	Cūkgaļas buljons	250	125,287	6,235	10,558	1,259	0,5		0,201	
58315	Vitamīnu kartupeļu biezenis, bez taukiem	200	98,535	3,696	0,664	18,854	0,2		5,194	7;9
58008	Tvaicēta zivs fileja	70	69,846	16,122	0,551	0,1	0,28		0,019	4
51751	Paniņas	200	69	7	1	8				7
	Kopā		362,67	33,05	12,77	28,21	0,98		5,41	
Launags										
56244	Ogu ķīselis bez cukura	200	73,744	0,892	0,232	15,912			2,64	
	Kopā		73,74	0,89	0,23	15,91			2,64	
Vakariņas										
57711	Bezlaktozes rīsu biezputra	200	232,042	6,853	1,939	46,773	0,4	3,4	0,689	7
58326	Olu kultenis no olu baltumiem	100	49,95	8,735	0,6	2,377	0,4			7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
55928	Zāļu tēja	200								
	Kopā		360,89	17,93	3,17	64,57	0,8	3,4	1,83	
Otrās vakariņas										
58043	Ābolu biezenis ar avenēm	130	84,016	0,657	0,926	17,445			3,713	
	Kopā		84,02	0,66	0,93	17,45			3,71	
Diena kopā			1322,73	78,32	23,67	194,43	2,03	5,15	16,73	

ID	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars, g	Energētiskā vērtība, kcal	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Ogļhidrāti, g	Sāls, g	Cukurs, g	Šķiedrvielas, g	Alerģēni
Brokastis										
57711	Bezlaktozes rīsu biezputra	250	290,053	8,566	2,424	58,466	0,5	4,25	0,861	7
57824	Biezpiens ar jogurtu	100	92	16	0,84	5				7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
55928	Zāļu tēja	200								
	Kopā		460,95	26,91	3,89	78,89	0,5	4,25	2	
Otrās brokastis										
57811	Rīsu dzēriens ar ogām	200	113,988	0,506	2,464	21,987			1,225	
	Kopā		113,99	0,51	2,46	21,99			1,23	
Pusdienas										
52111	Vistas gaļas buljons	250	27,765	2,374	1,274	1,623	0,25		0,484	
57244	Mīcīti kartupeļi ar dārzeņu buljonu	200	142,693	4,103	0,223	30,012	0,2		4,465	9
56343	Vārīta vistas fileja	50	72,043	15,359	1,182	0,18	0,2		0,094	
51751	Paniņas	200	69	7	1	8				7
	Kopā		311,5	28,84	3,68	39,82	0,65		5,04	
Launags										
56244	Ogu ķīselis bez cukura	200	73,744	0,892	0,232	15,912			2,64	
	Kopā		73,74	0,89	0,23	15,91			2,64	
Vakariņas										
57712	Bezlaktozes auzu pārslu putra	250	227,362	11,088	5,625	33,138	0,25		2,025	1;7
58325	Tvaicēta omlete no olu baltumiem	100	49,95	8,735	0,6	2,377	0,4			7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
52941	Zāļu tēja	200								
	Kopā		356,21	22,16	6,86	50,93	0,65		3,16	
Otrās vakariņas										
57878	Ābolu bumbieru biezenis	130	74,91	0,502	0,701	16,226			3,334	
	Kopā		74,91	0,5	0,7	16,23			3,33	
Diena kopā			1391,31	79,8	17,82	223,76	1,8	4,25	17,41	