

ID	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars, g	Enerģētiskā vērtība, kcal	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Ogļhidrāti, g	Sāls, g	Cukurs, g	Šķiedrvielas, g	Alerģēni
Brokastis										
57710	Bezlaktozes prosas biezputra	250	219,171	9,398	4,136	36,132	0,25	1,25	1,472	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		390,07	27,74	5,61	56,55	0,25	1,25	2,61	
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										
57523	Liellopu gaļas buljons	250	13,624	0,6	0,125	2,5			0,025	1
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		297,36	27,06	2,53	40,69	0,4		4,58	
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
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		418,9	19,64	3,65	76,26	0,9	4,25	2	
Otrās vakariņas										
57877	Ābolu mango biezenis	130	87,895	0,589	0,761	18,884			2,876	
	Kopā		87,89	0,59	0,76	18,88			2,88	
Diena kopā			1400,77	76,56	15,1	235,5	1,55	5,5	15,43	

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	110	101,2	17,6	0,924	5,5				7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
55928	Zāļu tēja	200								
	Kopā		401,69	30,92	5,77	55,47	1	5	1,16	
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										
58225	Cūkgaļas buljons	250	125,287	6,235	10,558	1,259	0,5		0,201	
58184	Burkānu kartupeļu biezenis	200	119,143	2,709	4,31	16,958	0,8		5,208	
58008	Tvaicēta zivs fileja	60	59,868	13,819	0,472	0,086	0,24		0,016	4
51751	Paniņas	200	69	7	1	8				7
	Kopā		373,3	29,76	16,34	26,3	1,54		5,43	
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										
58256	Bezlaktozes prosas pārslu putra	250	215,665	9,48	3,142	37,15	0,5	1,25	1,52	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		344,52	20,56	4,37	54,95	0,9	1,25	2,66	
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			1368,96	83,22	29,17	189,28	3,44	6,25	17,32	

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										
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										
50988	Zivju buljons	250	65,964	9,588	2,68	0,732	0,25		0,095	4
56343	Vārīta vistas fileja	50	72,043	15,359	1,182	0,18	0,2		0,094	
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		349,7	36,05	5,08	38,92	0,65		4,65	
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
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		350,11	19,4	4,1	58,35	0,65	1,25	1,7	
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			1344,32	83,32	16,6	210,6	1,8	2,5	18,6	

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	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	
58314	Kartupeļu ziedkāpostu biezenis, bez taukiem	200	110,72	4,918	0,69	20,498	0,8		4,55	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		279,53	29,65	4,15	30,3	1,25		5,13	
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
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
55928	Zāļu tēja	200								
	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			1372,37	80,64	16,73	220,87	3,15	9,25	14,99	

ID	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars, g	Enerģētiskā vērtība, kcal	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Ogļhidrāti, g	Sāls, g	Cukurs, g	Šķiedrvielas, g	Alerģēni
Brokastis										
57713	Bezlaktozes kukurūzas putra	250	184,983	9,5	3,535	30,022	0,25	0,25	3,055	7
57824	Biezpiens ar jogurtu	100	92	16	0,84	5				7
55928	Zāļu tēja	200								
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
	Kopā		355,88	27,84	5	50,44	0,25	0,25	4,2	
Otrās brokastis										
56659	Risu dzēriena kokteilis ar zemenēm un banāniem	200	126,29	0,938	1,924	25,89			1,344	
	Kopā		126,29	0,94	1,92	25,89			1,34	
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	50	49,89	11,516	0,394	0,072	0,2		0,013	4
51751	Paniņas	200	69	7	1	8				7
	Kopā		342,71	28,45	12,62	28,18	0,9		5,41	
Launags										
58232	Zemeņu ķīselis bez cukura	200	32,982	0,356	0,166	7,186			0,64	
	Kopā		32,98	0,36	0,17	7,19			0,64	
Vakariņas										
57716	Bezlaktozes mannā putra	250	221,585	10,975	4,212	34,552	1	5	0,025	1;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		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			1299,32	80,32	25,97	183,72	2,55	5,25	15,76	

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										
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										
57523	Liellopu gaļas buljons	250	13,624	0,6	0,125	2,5			0,025	1
56343	Vārīta vistas fileja	50	72,043	15,359	1,182	0,18	0,2		0,094	
58314	Kartupeļu ziedkāpostu biezenis, bez taukiem	200	110,72	4,918	0,69	20,498	0,8		4,55	7
51751	Paniņas	200	69	7	1	8				7
	Kopā		265,39	27,88	3	31,18	1		4,67	
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										
58431	Augļu ogu biezenis	130	74,1	0,78	0,39	14,95				
	Kopā		74,1	0,78	0,39	14,95				
Diena kopā			1335,07	77,26	15,75	216,12	2,15	4,25	13,2	

ID	Ēdiena nosaukums	Porcijas svars, g	Energētiskā vērtība, kcal	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Ogļhidrāti, g	Sāls, g	Cukurs, g	Šķiedrvielas, g	Alerģēni
Brokastis										
57754	Bezlaktozes mannā putra ar ķirbi	250	218,695	9,865	3,568	36,312	1	7,5	0,685	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		389,6	28,2	5,04	56,73	1	7,5	1,82	
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	
56343	Vārīta vistas fileja	50	72,043	15,359	1,182	0,18	0,2		0,094	
58315	Vitamīnu kartupeļu biezenis, bez taukiem	200	98,535	3,696	0,664	18,854	0,2		5,194	7;9
51751	Paniņas	200	69	7	1	8				7
	Kopā		364,87	32,29	13,4	28,29	0,9		5,49	
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										
58325	Tvaicēta omlete no olu baltumiem	100	49,95	8,735	0,6	2,377	0,4			7
57710	Bezlaktozes prosas biezputra	250	219,171	9,398	4,136	36,132	0,25	1,25	1,472	7
55821	Baltmaize	30	78,9	2,34	0,63	15,42			1,14	1
55928	Zāļu tēja	200								
	Kopā		348,02	20,47	5,37	53,93	0,65	1,25	2,61	
Otrās vakariņas										
57993	Ābolu biezenis	130	85,168	0,476	0,952	18,08			3,172	
	Kopā		85,17	0,48	0,95	18,08			3,17	
Diena kopā			1375,38	82,84	27,45	194,93	2,55	8,75	16,96	