

Ēdienkarte pacientiem

16.12.2024

<i>Dieta: SD</i>	<i>Alerģēni</i>	<i>Daudzums, g/gab</i>
------------------	-----------------	------------------------

Pirmās brokastis

Mannas biežputra	A07,A01	300
Vārīta ola	A03	1 gab
Tēja piparmētru		200
Cukurs		5
Sviests	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
Rudzu maize	A01	30
<i>Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 561,9 kkal; OBV 19,4 g; Tauki 20 g; Ogļh 76,2 g; Šķiedrv 4 g; Sāls 0,5 g; Cukurs 5 g		

Pusdienas

Skābeņu zupa	A07,A03,A01	300
Cūkgaļas gabaliņi dārzeņu mērcē		100
Vārīti makaroni	A01	180
Burkānu salāti ar sezamu	A11	100
Kefirs	A07	200
Rudzu maize	A01	30
<i>Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 875,1 kkal; OBV 37,8 g; Tauki 30,5 g; Ogļh 112,5 g; Šķiedrv 10 g; Sāls 2 g; Cukurs 0 g		

Vakariņas

Vistas kotlete	A03,A01,A07	70
Kartupeļi vārīti		220
Šampinjonu mērcē	A01,A07	70
Karstais ābolu un smiltsērķšķu dzēriens		200
Rudzu maize	A01	30
<i>Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 535,6 kkal; OBV 27,2 g; Tauki 12,5 g; Ogļh 78,3 g; Šķiedrv 8 g; Sāls 1 g; Cukurs 0 g		

<i>Vēlās vakariņas</i>		
Cukurs		5
Mandarīns		75
Sviests 10 g iepakojumā 82 %	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
<i>Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 172,6 kkal; OBV 2,4 g; Tauki 8,8 g; Oglh 21 g; Šķiedrv 2 g; Sāls 0 g; Cukurs 5 g		
<i>Diennakts enerģētiskā vērtība:</i>		
Enerģ. 2145,2 kkal; OBV 86,8 g; Tauki 71,8 g; Oglh 288 g; Šķiedrv 30 g; Sāls 3 g Cukurs 10 g		

Ēdienkarte pacientiem

17.12.2024

<i>Dieta: SD</i>	<i>Alerģēni</i>	<i>Daudzums, g/gab</i>
------------------	-----------------	------------------------

Pirmās brokastis

Auzu biežputra	A07,A01	300
Biezpiens mix	A07	90
Tēja, kumelīšu		200
Cukurs		5
Sviests	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
Rudzu maize	A01	30
<i>Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 630,4 kkal; OBV 25 g; Tauki 25,8 g; Oglh 74,7 g; Šķiedrv 3 g; Sāls 0,7 g; Cukurs 5 g		

Pusdienas

Vistas zupa ar dārzeņiem	A09	300
Vistas gaļas veltnītis ar sieru	A07	70
Saldkrējuma mērce ar dārzeņiem	A07,A01	70
Vārīti griķi		180
Biešu salāti ar āboliem		120
Kefīrs	A07	200
Rudzu maize	A01	30
<i>Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 907,7 kkal; OBV 50,4 g; Tauki 26,9 g; Oglh 115,9 g; Šķiedrv 10 g; Sāls 3 g; Cukurs 0 g		

Vakariņas

Bulgura putraini, vārīti		180
Cepta cūkgaļa ar sīpoliem		70
Karstais zemeņu un citrona dzēriens		200
Rudzu maize	A01	30
<i>Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 625 kkal; OBV 25,2 g; Tauki 24,2 g; Oglh 76,6 g; Šķiedrv 5 g; Sāls 1 g; Cukurs 0 g		

<i>Vēlās vakariņas</i>		
Cukurs		5
Plūmes		100
Sviests 10 g iepakojumā 82 %	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
<i>Malītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 177,4 kkal; OBV 2,7 g; Tauki 8,6 g; Oglh 22,4 g; Šķiedrv 3 g; Sāls 0 g; Cukurs 5 g		
<i>Diennakts enerģētiskā vērtība:</i>		
Enerģ. 2340,5 kkal; OBV 103,3 g; Tauki 85,5 g; Oglh 289,6 g; Šķiedrv 20 g; Sāls 5 g Cukurs 10 g		

Ēdienkarte pacientiem

18.12.2024

<i>Dieta: SD</i>	<i>Alerģēni</i>	<i>Daudzums, g/gab</i>
------------------	-----------------	------------------------

Pirmās brokastis

Prosas biezputra	A07	300
Siers	A07	50
Tēja piparmētru		200
Cukurs		5
Sviests	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
Rudzu maize	A01	30

Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:

Energ. 652,6 kkal; OBV 27,9 g; Tauki 28,9 g; Oglh 70,2 g; Šķiedrv 4 g; Sāls 0,5 g; Cukurs 5 g

Pusdienas

Sēņu zupa	A07	300
Tvaicēta zivs	A04	70
Vārīti rīsi		150
Dārzeņu mērce	A09	100
Kolrābju un ķirbju salāti		100
Kefīrs	A07	200
Rudzu maize	A01	30

Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:

Energ. 736,9 kkal; OBV 35,5 g; Tauki 19,3 g; Oglh 105,3 g; Šķiedrv 10 g; Sāls 2 g; Cukurs 0 g

Vakariņas

Dārzeņu ragū ar gaļu		300
Biezpiens ar krējumu	A07	65/15
Karstais ābolu un ingvera dzēriens		200
Rudzu maize	A01	30

Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:

Energ. 433,2 kkal; OBV 26,6 g; Tauki 13,2 g; Oglh 51,8 g; Šķiedrv 7 g; Sāls 1 g; Cukurs 0 g

<i>Vēlās vakariņas</i>		
Banāni		150
Cukurs		5
Sviests 10 g iepakojumā 82 %	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
<i>Malītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 282,6 kkal; OBV 3,5 g; Tauki 9,1 g; Oglh 46,8 g; Šķiedrv 1 g; Sāls 0 g; Cukurs 5 g		
<i>Diennakts enerģētiskā vērtība:</i>		
Enerģ. 2105,3 kkal; OBV 93,5 g; Tauki 70,5 g; Oglh 274,1 g; Šķiedrv 20 g; Sāls 3 g Cukurs 10 g		

Ēdienkarte pacientiem

19.12.2024

<i>Dieta: SD</i>	<i>Alerģēni</i>	<i>Daudzums, g/gab</i>
------------------	-----------------	------------------------

Pirmās brokastis

Kukurūzas biežputra	A07	300
Biezpiens mix ar dillēm	A07	90
Tēja, kumelīšu		200
Cukurs		5
Sviests	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
Rudzu maize	A01	30
<i>Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 617,5 kkal; OBV 22,6 g; Tauki 23,3 g; Oglh 79,5 g; Šķiedrv 4 g; Sāls 0,5 g; Cukurs 5 g		

Pusdienas

Svaigu kāpostu zupa ar gaļu	A09	300
Cepts vistas šķiņķis ar garšaugiem	A07	75
Krējuma mērce ar zaļumiem	A07,A01	70
Vārītas pārļu grūbas	A01	150
Burkānu salāti ar linsēklām		100
Kefīrs	A07	200
Rudzu maize	A01	30
<i>Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 914,7 kkal; OBV 45,1 g; Tauki 35 g; Oglh 104,8 g; Šķiedrv 10 g; Sāls 2 g; Cukurs 0 g		

Vakariņas

Cūkgaļas kotlete	A03	70
Makaroni ar dārzeņiem tomātu mērcē	A01	250
Karstais ābolu un upeņu dzēriens		200
Rudzu maize	A01	30
<i>Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 586,7 kkal; OBV 24,7 g; Tauki 22,9 g; Oglh 70,3 g; Šķiedrv 10 g; Sāls 1 g; Cukurs 0 g		

<i>Vēlās vakariņas</i>		
Ābols		1gb
Cukurs		5
Sviests 10 g iepakojumā 82 %	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
<i>Malītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 176,5 kkal; OBV 2,2 g; Tauki 8,7 g; Oglh 22,4 g; Šķiedrv 3 g; Sāls 0 g; Cukurs 5 g		
<i>Diennakts enerģētiskā vērtība:</i>		
Enerģ. 2295,4 kkal; OBV 94,6 g; Tauki 89,9 g; Oglh 277 g; Šķiedrv 30 g; Sāls 4 g Cukurs 10 g		

Ēdienkarte pacientiem

20.12.2024

<i>Dieta: SD</i>	<i>Alerģēni</i>	<i>Daudzums, g/gab</i>
------------------	-----------------	------------------------

Pirmās brokastis

3-graudu biezputra	A01,A07	300
Siers	A07	50
Tēja piparmētru		200
Cukurs		5
Sviests	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
Rudzu maize	A01	30
<i>Malītēs enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 668,4 kkal; OBV 28,4 g; Tauki 28,6 g; Oglh 74,3 g; Šķiedrv 3 g; Sāls 0,5 g; Cukurs 5 g		

Pusdienas

Gaļas zupa harčo		300
Tvaicēta vistas fileja ar dārzeņiem	A09	80
Dārzeņu sautējums ar lēcām	A01	220
Dārzeņu raibie salāti		100
Kefirs	A07	200
Rudzu maize	A01	30
<i>Malītēs enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 648,2 kkal; OBV 45,3 g; Tauki 14 g; Oglh 84,9 g; Šķiedrv 10 g; Sāls 2 g; Cukurs 0 g		

Vakariņas

Vistas gaļas mērce ar sīpoliem		100
Vārīti griķi		180
Karstais ābolu un plūmju dzēriens		200
Rudzu maize	A01	30
<i>Malītēs enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 549 kkal; OBV 28,5 g; Tauki 13,5 g; Oglh 78,1 g; Šķiedrv 6 g; Sāls 2 g; Cukurs 0 g		

Vēlās vakarinas

Bumbieris		100
Cukurs		5
Sviests 10 g iepakojumā 82 %	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
<i>Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 187,3 kkal; OBV 2,2 g; Tauki 8,7 g; Ogļh 25,1 g; Šķiedrv 2 g; Sāls 0 g; Cukurs 5 g		
<i>Diennakts enerģētiskā vērtība:</i>		
Enerģ. 2052,9 kkal; OBV 104,4 g; Tauki 64,8 g; Ogļh 262,4 g; Šķiedrv 20 g; Sāls 4 g Cukurs 10 g		

Ēdienkarte pacientiem

21.12.2024

<i>Dieta: SD</i>	<i>Alerģēni</i>	<i>Daudzums, g/gab</i>
------------------	-----------------	------------------------

Pirmās brokastis

Miežu putraimu biezputra	A07,A01	300
Tēja, kumelīšu		200
Biezpiena masa ar rozīnēm	A07	130
Cukurs		5
Sviests	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
Rudzu maize	A01	30

Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:

Energ. 622,1 kkal; OBV 31,2 g; Tauki 16,3 g; Oglh 87,6 g; Šķiedrv 4 g; Sāls 0,5 g; Cukurs 9 g

Pusdienas

Tomātu krēmzupa	A09	300
Cūkgaļas kotlete	A03	70
Vārīti rīsi		150
Dārzeņu mērce	A09	100
Ķirbju salāti ar āboliem un krējumu	A07	120
Kefīrs	A07	200
Rudzu maize	A01	30

Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:

Energ. 809,6 kkal; OBV 30,6 g; Tauki 30,7 g; Oglh 102,5 g; Šķiedrv 10 g; Sāls 1 g; Cukurs 0 g

Vakariņas

Karstais zemeņu un citrona dzēriens		200
Vārīti kartupeļi ar sviestu un dillēm	A07	250
Zaļās pupiņas ar vistas gaļu saldkrējumā	A01,A07	150
Rudzu maize	A01	30

Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:

Energ. 557,6 kkal; OBV 18,7 g; Tauki 17,5 g; Oglh 81,5 g; Šķiedrv 9 g; Sāls 2 g; Cukurs 0 g

<i>Vēlās vakariņas</i>		
Cukurs		5
Plūmes		100
Sviests 10 g iepakojumā 82 %	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
<i>Malītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 177,4 kkal; OBV 2,7 g; Tauki 8,6 g; Oglh 22,4 g; Šķiedrv 3 g; Sāls 0 g; Cukurs 5 g		
<i>Diennakts enerģētiskā vērtība:</i>		
Enerģ. 2166,7 kkal; OBV 83,2 g; Tauki 73,1 g; Oglh 294 g; Šķiedrv 30 g; Sāls 4 g Cukurs 14 g		

Ēdienkarte pacientiem

22.12.2024

<i>Dieta: SD</i>	<i>Alerģēni</i>	<i>Daudzums, g/gab</i>
------------------	-----------------	------------------------

Pirmās brokastis

Prosas biezputra	A07	300
Siers	A07	50
Tēja piparmētru		200
Cukurs		5
Sviests	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
Rudzu maize	A01	30

Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:

Energ. 652,6 kkal; OBV 27,9 g; Tauki 28,9 g; Oglh 70,2 g; Šķiedrv 4 g; Sāls 0,7 g; Cukurs 5 g

Pusdienas

Vistas zupa ar nūdelēm	A01	300
Tvaicēta zivs	A04	70
Dārzeņu mērce	A09	100
Sautēti kartupeļi		200
Kāpostu salāti ar dillēm		130
Kefīrs	A07	200
Rudzu maize	A01	30

Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:

Energ. 735,1 kkal; OBV 41,4 g; Tauki 19,4 g; Oglh 98,7 g; Šķiedrv 10 g; Sāls 3 g; Cukurs 0 g

Vakariņas

Burkānu-zirniņu sautējums ar saldo krējumu	A07	100
Tvaikots teftelis	A03,A01,A07	70
Bulgura putraimi, vārīti		180
Karstais ābolu un smiltsērķšķu dzēriens		200
Rudzu maize	A01	30

Maltītes enerģētiskā vērtība, kopā:

Energ. 619,2 kkal; OBV 22,6 g; Tauki 14,8 g; Oglh 98,6 g; Šķiedrv 7 g; Sāls 0,9 g; Cukurs 0 g

<i>Vēlās vakariņas</i>		
Ābols		1gb
Cukurs		5
Sviests 10 g iepakojumā 82 %	A07	10
Kliju maize	A01,A07	15
<i>Malītes enerģētiskā vērtība, kopā:</i>		
Enerģ. 176,8 kkal; OBV 2,2 g; Tauki 8,7 g; Oglh 22,4 g; Šķiedrv 3 g; Sāls 0 g; Cukurs 5 g		
<i>Diennakts enerģētiskā vērtība:</i>		
Enerģ. 2183,7 kkal; OBV 94,1 g; Tauki 71,8 g; Oglh 289,9 g; Šķiedrv 30 g; Sāls 5 g Cukurs 10 g		