

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Pusdienas	Veģetārā sakņu zupa	*A09	200	2	6.1	10	103
		Bezglutēna makaroni ar maltu cūkgaļu un dārzeņiem		200	11.7	17.8	40.5	369
		Sezonas dārzeņu mix		80	1	0.1	4	21
		Rīsu galete		30	2.6	0.6	24.9	115
		Piens	*A07	200	6.4	4	9	96
		Kopā:				23.7	28.6	88.4
Otrdiena	Pusdienas	Zupa meksikāņu gaumē	*A07	200	10.7	7.2	22.2	196
		Vistas gaļa karija mērcē(bez miltiem)		100	11.6	20.8	2.3	243
		Vārīti kartupeļi		150	3.1	0	23	104
		Biešu salāti ar vinegreta mērci		80	0.9	4	6.1	64
		Rīsu galete		30	2.6	0.6	24.9	115
		Auglis		100	0.3	0.6	13.4	60
		Kopā:				29.2	33.2	91.9
Trešdiena	Pusdienas	Veģetārā biešu zupa ar krējumu	*A07,A09	150/3	1.3	4.4	10.9	90
		Maltas cūkgaļas veltnītis(bez maizes)	*A07	80	11.8	18.1	12.4	260
		Gaļas buljona mērce		60	1.4	3.2	2.7	45
		Irdenie griķi		160	8.1	2.1	39.7	210
		Rīvēti kāposti ar garšaugiem		100	1.3	4.1	7.6	73
		Rīsu galete		30	2.6	0.6	24.9	115
		Kopā:				26.5	32.5	98.2
Ceturtdiena	Pusdienas	Veģetārā svaigu kāpostu zupa	*A07	250	2.1	4.4	12.4	98
		Cūkgaļas plov		240	15.9	19.8	53.5	456
		Tomātu šķēlītes		80	0.8	0.2	2.1	13
		Rīsu galete		30	2.6	0.6	24.9	115
		Kefīrs		200	6.8	0.2	9.4	67
		Kopā:				28.2	25.2	102.3
Piektdiena	Pusdienas	Cīsiņi	*A07	60	9.2	8.3	0.8	115
		Kartupeļu biezenis		180	3.8	0.4	24.8	122
		Sezonas dārzeņu salāti	*A07,A12	80	1.1	3.3	4	51
		Biezpiena deserts ar rozīnēm		100	10.2	12.4	15.4	214
		Saldā dzērveņu mērce		100	0	0	15.2	61
		Rīsu galete		30	2.6	0.6	24.9	115
		Auglis		100	0.3	0.6	13.4	60
		Kopā:				27.2	25.6	98.5

Dzeramais ūdens-visās ēdienreizēs

ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA SASKANĀ AR IZMAIŅAM PRODUKTU PIEGĀDĒ UN PIEEJAMĪBU TIRGŪ.

Ēdienkarte sastādīta ņemot vērā MK noteikumu Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem (no 13.03.2012)” grozījumiem (21.08.2018.)

Izglītojamie	Enerģētiskā vērtība (kcal)	Olbaltumvielas (g)	Tauki (g)	Ogļhidrāti (g)
5.-9.klase	700-960	18-36	23-37	79-144