

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Pusdienas	Veģetārā sakņu zupa	*A09	150	1.5	4.6	7.5	77
		Makaroni ar maltu cūkgaļu un dārzeņiem	*A01	180	12.5	16.3	33.2	330
		Sezonas dārzeņu mix		80	1	0.1	4	21
		Rudzu maize	*A01	20	1.4	0.2	8.3	41
		Rīsu piens		200	1.2	2.6	17	96
Kopā:					17.6	23.8	70	565
Otrdiena	Pusdienas	Zupa meksikāņu gaumē		150	8	5.4	16.6	147
		Vistas gaļa karija mērcē(bez krējuma)	*A01	100	11.7	13.7	3.8	185
		Vārīti kartupeļi		130	2.7	0	19.9	90
		Biešu salāti ar vinegreta mērci		80	0.9	4	6.1	64
		Rudzu maize	*A01	20	1.4	0.2	8.3	41
		Auglis		100	0.3	0.6	13.4	60
Kopā:					25	23.9	68.1	588
Trešdiena	Pusdienas	Veģetārā biešu un kāpostu zupa	*A09	150	1.2	3.4	10.8	80
		Maltas cūkgaļas veltnītis	*A01	80	12.6	18.3	15.9	279
		Dārzeņu mērce		40	0.7	2.4	5.2	45
		Irdenie griķi		120	6	1.6	29.8	158
		Rivēti kāposti ar garšaugiem		80	1.1	3.3	6.1	59
		Rudzu maize	*A01	20	1.4	0.2	8.3	41
Kopā:					23	29.2	76.1	661
Ceturtdiena	Pusdienas	Veģetārā svaigu kāpostu zupa		150	1.2	2.7	7.4	59
		Cūkgaļas plov		200	13.2	16.5	44.6	380
		Tomātu šķēlītes		80	0.8	0.2	2.1	13
		Rudzu maize	*A01	20	1.4	0.2	8.3	41
		Rīsu piens		200	1.2	2.6	17	96
		Kopā:					17.8	22.2
Piektdiena	Pusdienas	Sautēts vistas šķiņķītis		60	15	14.2	0.6	190
		Vārīti kartupeļi		150	3.1	0	23	102
		Sezonas dārzeņu salāti		80	1.1	3.3	4	51
		Rīsu biezputra ar rīsu pienu		200	2.9	4.8	31.7	182
		Saldā dzērveņu mērce		100	0	0	15.2	61
		Rudzu maize	*A01	20	1.4	0.2	8.3	41
		Skolas auglis		100	0.3	0.6	13.4	60
Kopā:					23.8	23.1	96.2	686

Dzeraamais 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)
1.-4.klase	490-750	12-28	16-29	55-113