

Pirmdienas											
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums					
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
B1 Auzu biezputra	1,7	100	3.9	2.5	13.6	97	L2 Kompots - ābolu/zemeņu		150	0.1	0.0
B2 Kviešu baltmaize ar sviestu	1,7	15/3	1.2	2.6	7.4	58	L3 Bumbieris (auglis)		50	0.2	0.0
P1 Tēja Piparmētru		150	0.0	0.0	2.0	8				4.8	21
P2 Biešu zupa ar gaļu/krējums	7	150/5	3.2	7.1	12.5	132					
P3 Cūkgaļa dārzeņu mērcē	1,7	60	8.4	11.2	4.3	151					
P4 Vārīti griķi		70	2.2	0.4	18.2	86					
P5 Burkānu salāti ar ķiplokiem un krējum	7	55	0.7	1.2	3.4	33					
P6 Sulas dzēriens		150	0.2	0.0	5.6	23					
P7 Rudzu maize	1	10	0.6	0.1	4.1	22					
L1 Biezpiens ar cukuru	7	50	7.4	2.2	2.0	66					
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.6 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 14.1 grami AUGĻI un OGAS 61.5 grami		DĀRZENI 125.5 grami KARTUPEĻI 30 grami PIENS, skābie produkti 93.5 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 40 grami GAĻA, ZIVIS 56 grami		28.2	27.3	83.1
								Skolas piens 0 grami	720		

Otrdienas											
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums					
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
B1 Rīsu biezputra	7	100	2.9	1.2	19.3	99	L1 Smalkmaizīte ar kanēļi	1,3,7	50	5.7	6.2
B2 Sviestmaize ar sieru/tomāts	1,7	15/3/10/	3.6	5.5	7.7	96	L2 Citronu-dzērveņu dzēriens		150	0.0	0.0
B3 Tēja Zaļā ar citronu		150	0.0	0.0	2.0	8	L3 Bumbieris (auglis)		50	0.2	0.0
P1 Vistas gaļas kotlete	1,3	60	9.8	7.8	9.6	155				4.8	21
P2 Vārīti kartupeļi		70	1.4	0.2	13.1	56					
P3 Skābu kāpostu salāti ar eļļu		55	0.5	1.1	2.8	21					
P4 Dārzeņu mērce	1,7	30	1.1	2.2	2.4	32					
P5 Tēja kumelīšu		150	0.0	0.0	2.0	8					
P6 Graudu maize	1,11	10	1.2	1.0	4.4	32					
P7 Dzērveņu uzpūtenis ar pienu	1,7	50/100	3.5	2.1	11.0	77					
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.5 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 13.9 grami AUGĻI un OGAS 61.5 grami		DĀRZENI 91.1 grami KARTUPEĻI 72.8 grami PIENS, skābie produkti 196.3 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 10 grami GAĻA, ZIVIS 47 grami		29.9	27.3	107.8
								Skolas piens 0 grami	787		

Trešdienas											
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums					
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
B1 Mannas biezputra	1,7	100	3.1	1.2	14.7	81	L3 Āboli (auglis)		50	0.2	0.1
B2 Kviešu baltmaize ar sviestu	1,7	15/3	1.2	2.6	7.4	58				5.0	24
B3 Tēja kumelīšu		150	0.0	0.0	2.9	12					
P1 Pupiņu zupa ar gaļu/krējums	7	150/5	4.8	5.4	13.9	124					
P2 Plovš ar vistas gaļu		120	8.2	5.9	26.1	190					
P3 Bietes ar zaļajiem zirņiem		55	1.0	1.5	5.9	40					
P4 Tēja		150	0.0	0.0	2.0	8					
P5 Rudzu maize	1	10	0.6	0.1	4.1	22					
L1 Makaroni vārīti ar sieru	1,7	70	5.1	8.3	11.0	142					
L2 Rudzu maize	1	10	0.6	0.1	4.1	22					
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.9 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 6.5 grami AUGĻI un OGAS 59.9 grami		DĀRZENI 98.2 grami KARTUPEĻI 30 grami PIENS, skābie produkti 62.9 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 14 grami GAĻA, ZIVIS 42.6 grami		24.7	25.2	96.9
								Skolas piens 0 grami	724		

Ceturtdienas											
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums					
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
B1 Biezpiens ar gurķi un zaļumiem	7	80	9.4	3.6	2.0	93	L2 Kompots - rabarberu/zemeņu		150	0.1	0.0
B2 Kviešu baltmaize/Sviests	1,7	15/3	1.2	2.6	7.4	58	L3 Āboli (auglis)		50	0.3	0.2
B3 Tēja		150	0.0	0.0	2.0	8				8.0	38
P1 Gulašs	1,7	80	7.5	8.2	5.3	126					
P2 Vārīti makaroni	1	70	3.1	0.8	18.5	97					
P3 Kāpostu salāti ar dillēm un tomātiem		55	0.6	3.1	2.2	44					
P4 Sulas dzēriens		150	0.0	0.0	4.4	19					
P5 Rudzu maize	1	10	0.6	0.1	4.1	22					
P6 Rīsu krēms ar ogu ķīseli	7	40/50	0.8	6.0	9.2	94					
L1 Kukurūzas pārslas ar pienu	7	40/100	6.3	5.0	29.4	188					
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.4 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 9.25 grami AUGĻI un OGAS 102.5 grami		DĀRZENI 80.7 grami KARTUPEĻI 0 grami PIENS, skābie produkti 158.9 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 49.6 grami GAĻA, ZIVIS 35 grami		30.0	29.7	94.4
								Skolas piens 0 grami	796		

Piektdienas											
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums					
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
B1 Prosas biezputra	7	100	4.2	2.1	17.5	107	L1 Karstmaize ar sieru	1,7	40	2.5	3.5
B2 Sviestmaize ar biezpienu	1,7,11	10/15	3.3	2.3	5.0	56	L2 Ūdens ar ogām		150	0.0	0.0
B3 Tēja		150	0.0	0.0	2.0	8	L3 Bumbieris (auglis)		50	0.2	0.0
P1 Dārzeņu zupa ar vistas fileju/krējums	7	150/5	3.5	5.2	8.3	93				4.8	21
P2 Zivs kotlete	1,3,4	80	10.3	9.0	4.8	148					
P3 Kartupeļu biezenis	7	70	1.5	2.4	11.4	70					
P4 Krējuma – citronu mērce	1,7	30	0.4	4.2	1.3	44					
P5 Kāļu salāti ar dārzeņiem	7	55	0.8	1.7	4.1	42					
P6 Sulas dzēriens		150	0.2	0.0	5.6	23					
P7 Saldskābmaize	1	10	0.6	0.1	5.3	25					
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.4 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 6.5 grami AUGĻI un OGAS 57.5 grami		DĀRZENI 64.8 grami KARTUPEĻI 101.2 grami PIENS, skābie produkti 113.5 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 30 grami GAĻA, ZIVIS 91 grami		27.6	30.6	81.4
								Skolas piens 0 grami	722		
PIEVIENOTAIS SĀLS 3.8 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 50.25 grami AUGĻI un OGAS 346.4 grami		DĀRZENI 460.3 grami KARTUPEĻI 234 grami PIENS, skābie produkti 625.1 grami					BIEZPIENS, SIERS 143.6 grami GAĻA, ZIVIS 271.6 grami				
								Skolas piens 0 grami			