

PIRMDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1		7	200/5	3,0	5,4	6,9	89						
P2		1,7	80	11,3	13,2	7,2	202						
P3			120	3,7	0,6	30,5	144						
P4			70	1,2	4,8	4,1	64						
P5		1	20	1,1	0,3	8,2	45						
P6			200	0,2	0,0	5,2	22						
P7			80	0,7	0,2	7,8	32						
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,4 grami							DĀRZENI 127 grami						
PIEVIENOTAIS CUKURS 2,7 grami							KARTUPEĻI 30 grami						
AUGĻI un OGAS 106,7 grami							PIENS, skābie produkti 63 grami						
							KOPĀ:						
							BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
							GAĻA, ZIVIS 62 grami						
							Skolas piens 0 grami						
							21,3	24,5	69,9	599			

OTRDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1							Pupiņu zupa ar gaļu/krējums	7	200/5	5,5	5,6	13,4	126
P2							Cepta zivs fileja	1,3,4	70	8,2	5,1	3,0	96
P3							Kartupeļu biezenis	7	120	2,6	2,0	19,6	103
P4							Bietes ar zaļajiem zirnīšiem		70	1,2	3,7	8,5	70
P5							Rudzu maize	1	20	1,1	0,3	8,2	45
P6							Piņs	7	200	5,6	4,0	9,5	96
PIEVIENTAIS SĀLS 0,9 grami PIEVIENTAIS CUKURS 0 grami AUGĻI un OGAS 11,5 grami							DĀRZENI 87 grami KARTUPEĻI 133,2 grami PIENS, skābie produkti 228,3 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 82 grami						
							24,2 20,6 62,1 535						
							Skolas piens 0 grami						

TREŠDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1	Biešu zupa/krējums	7	200/5	1,4	4,4	11,9	95						
P2	Sautēta vistas gaļa dārzeņu mērcē	1,7	80	9,4	10,2	4,5	156						
P3	Vārīti makaroni	1	120	6,9	2,1	40,9	217						
P4	Kāpostu raibie salāti ar krējumu	7	70	1,5	2,5	3,9	60						
P5	Rudzu maize	1	20	1,1	0,3	8,2	45						
P6	Kompots - ābolu		200	0,1	0,0	5,3	23						
P7	Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32						
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,1 grami		DĀRZENI 190,8 grami		KOPĀ:						21,1			
PIEVIENOTAIS CUKURS 3,6 grami		KARTUPEĻI 27,3 grami		BIEZPIENS, SIERS 0 grami						19,6			
AUGĻI un OGAS 106,7 grami		PIENS, skābie produkti 24,7 grami		GAĻA, ZIVIS 50 grami						82,5			
				Skolas piens 0 grami						628			

CETURTDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1							Solanka zupa/krējums						
P2							Cūkgaļas kotlete						
P3							Vārīti kartupeļi						
P4							Piena mērce						
P5							Kāpostu- sv.gurķu salāti						
P6							Rudzu maize						
P7							Kompots - ābolu						
P8							Auglis						
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,23 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 2,7 grami AUGĻI un OGAS 102,8 grami							DĀRZENI 119,97 grami KARTUPEĻI 200 grami PIENS, skābie produkti 38,3 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 68 grami						
							21,6 26,5 66,7 600						
							Skolas piens 0 grami						

PIEKTDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1	Plovs ar vistas gaļu		200	13,3	10,2	37,6	296						
P2	7	Burkāni un puravi ar krējumu		70	1,1	2,0	4,7	50					
P3	1	Rudzu maize		20	1,1	0,3	8,2	45					
P4	7	Kefīrs		150	4,8	3,0	5,7	72					
P5	7	Biezais piena ķīselis ar ogu ķīseli		100/100	3,1	1,9	29,6	159					
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,3 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 15 grami AUGĻI un OGAS 50 grami							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 55,6 grami						
							23,4	17,3	85,8	622			
PIEVIENOTAIS SĀLS 4,93 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 24 grami AUGĻI un OGAS 377,7 grami							Skolas piens 0 grami						
DĀRZENI 125,8 grami KARTUPEĻI 0 grami PIENS, skābie produkti 249,6 grami													
DĀRZENI 650,57 grami KARTUPEĻI 390,5 grami PIENS, skābie produkti 603,9 grami							Skolas piens 0 grami						