

PIRMDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Skābu kāpostu zupa/krējums	7	250/10	3,9	7,8	8,8	121							
P2 Sautēta cūkgaļa baltā mērcē	1,7	100	14,2	16,5	9,0	253							
P3 Vārīti griķi		150	4,7	0,8	38,1	181							
P4 Burkāni ar sēkliņām		70	1,2	4,8	4,1	64							
P5 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P6 Kompots - plūmju		200	0,2	0,0	5,2	22							
P7 Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,8 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 2,7 grami AUGĻI un OGAS 106,7 grami		DĀRZENI 142 grami KARTUPEĻI 37,5 grami PIENS, skābie produkti 82,5 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 77,5 grami		27,5	30,7	93,4	785	
							Skolas piens 0 grami						
OTRDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Pupiņu zupa ar gaļu/krējums	7	250/10	7,0	9,2	16,9	182							
P2 Cepta zivs fileja	1,3,4	70	8,2	6,1	3,0	105							
P3 Kartupeļu biezenis	7	150	3,2	2,5	24,5	128							
P4 Bietes ar zaļajiem zirnīšiem		70	1,2	4,7	8,5	79							
P5 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P6 Piens	7	200	5,6	4,0	9,5	96							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,1 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 0 grami AUGĻI un OGAS 11,5 grami		DĀRZENI 91,2 grami KARTUPEĻI 166,5 grami PIENS, skābie produkti 239,1 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 85 grami		28,0	27,2	82,8	702	
							Skolas piens 0 grami						
TREŠDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Biešu zupa/krējums	7	250/10	1,8	6,2	14,9	130							
P2 Sautēta vistas gaļa dārzeņu mērcē	1,7	100	11,7	12,8	5,7	195							
P3 Vārīti makaroni	1	150	8,6	2,6	51,1	271							
P4 Kāpostu raibie salāti ar krējumu	7	70	1,5	2,5	3,9	60							
P5 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P6 Kompots - ābolu		200	0,1	0,0	5,3	23							
P7 Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,3 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 3,8 grami AUGĻI un OGAS 106,7 grami		DĀRZENI 217,7 grami KARTUPEĻI 34,1 grami PIENS, skābie produkti 31,7 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 62,5 grami		27,2	24,9	109,2	824	
							Skolas piens 0 grami						
CETURTDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Solanka zupa/krējums	7,9	250/10	5,1	8,5	11,6	154							
P2 Cūkgaļas kotlete		80	14,6	17,5	6,4	241							
P3 Vārīti kartupeļi		150	3,4	0,4	32,4	139							
P4 Piena mērce	1,7	50	1,6	3,4	4,7	56							
P5 Kāpostu- sv.gurķu salāti		70	0,8	3,6	2,3	52							
P6 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P7 Kompots - ābolu		200	0,1	0,0	4,6	20							
P8 Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,4 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 2,7 grami AUGĻI un OGAS 102,9 grami		DĀRZENI 131,1 grami KARTUPEĻI 252,2 grami PIENS, skābie produkti 51,6 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 89,8 grami		29,0	34,3	90,4	806	
							Skolas piens 0 grami						
PIEKTDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Plovš ar vistas gaļu		250	16,7	15,8	47,0	397							
P2 Burkāni un puravi ar krējumu	7	70	1,1	2,0	4,7	50							
P3 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P4 Kefīrs	7	150	4,8	3,0	5,7	72							
P5 Biezais piena ķīselis ar ogu ķīseli	7	100/100	2,7	1,8	21,2	116							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,3 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 7,5 grami AUGĻI un OGAS 15 grami		DĀRZENI 138,3 grami KARTUPEĻI 0 grami PIENS, skābie produkti 249,6 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 69,5 grami		28,0	23,2	99,1	747	
							Skolas piens 0 grami						
PIEVIENOTAIS SĀLS 5,9 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 16,7 grami AUGĻI un OGAS 342,8 grami		DĀRZENI 720,3 grami KARTUPEĻI 490,3 grami PIENS, skābie produkti 654,5 grami					BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 384,3 grami		Skolas piens 0 grami				