

PIRMDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Mannas biezputra /ievārījums	1,7	150/7	5,2	2,0	27,9	151	L2 Graudu maize	1,11	20	2,2	0,7	8,4	51
B2 Sviestmaize ar sieru	1,7	20/5/15	2,5	7,6	10,2	117	L3 Tēja		150/	0,0	0,0	2,0	8
B3 Tēja		150/	0,0	0,0	2,0	8	L4 Āboli (auglis)		80	0,3	0,2	8,0	38
P1 Škelto zirņu zupa ar krējumu	7	200/5	6,7	4,8	24,1	164							
P2 Gulaša mērce	1,7	80	9,6	9,8	4,8	146							
P3 Vārīti makaroni	1	100	4,8	1,1	28,4	148							
P4 Ķīnas kāpostu, burkānu salāti ar eļļu		60	1,3	3,0	2,1	42							
P5 Sulas dzēriens		150	0,2	0,0	7,1	29							
P6 Rudzu maize	1	20/	1,1	0,3	8,2	45							
L1 Biezpiens ar dillēm un krējumu	7	75	8,8	6,2	2,0	127							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,9 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 9,6 grami AUGĻI un OGAS 80 grami							DĀRZENI 108,2 grami KARTUPEĻI 80 grami PIENS, skābie produkti 160 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 60 grami GAĻA, ZIVIS 50 grami						
							42,8 35,6 135,1 1073						
							Skolas piens 0 grami						

OTRDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Auzu pārslu biezputra/ievārījums	1,7	150/5	5,7	3,5	23,4	155	L2 Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32
B2 Baltmaize ar krēmsieru	1,7	20/10	2,2	2,4	10,0	70							
B3 Tēja		150	0,0	0,0	2,0	8							
P1 Dārzenu zupa ar gaļu un z.zirn/krējum	7	200/5	3,2	7,9	9,5	127							
P2 Tefeljs krējumā mērcē	1,3,7	60/40	9,6	11,4	11,6	187							
P3 Vārīti kartupeļi		100	2,3	0,2	21,6	92							
P4 Biešu ābolu salāti ar eļļu		70	0,6	2,1	7,0	49							
P5 Ābolu sulas dzēriens		150	0,2	0,0	7,6	31							
P6 Rudzu maize	1	20	1,1	0,3	8,2	45							
L1 Kakao pārslas ar jogurtu	7	50/120	4,8	1,6	9,5	86							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,972 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 8 grami AUGĻI un OGAS 90 grami							DĀRZENI 131,7 grami KARTUPEĻI 155 grami PIENS, skābie produkti 230 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 10 grami GAĻA, ZIVIS 52 grami						
							30,4 29,6 118,1 883						
							Skolas piens 0 grami						

TREŠDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Vārīta ola ar svaigu tomātu	3	50/20	6,2	4,7	1,2	72	L2 Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32
B2 Graudu sviestmaize ar desu	1,7,9,11	20/5/20	5,0	9,2	9,1	141							
B3 Tēja		150/	0,0	0,0	2,0	8							
P1 Borščs ar gaļu/krējums	7	150/5	2,5	5,7	8,6	101							
P2 Vistas gaļas kotlete	1,3	60	7,4	7,7	7,8	133							
P3 Rīsi vārīti		100	3,0	1,2	30,0	142							
P4 Krējuma mērce	1,7	30	0,4	2,8	2,3	36							
P5 Burkāni ar sēkliņām		60	1,6	5,8	4,2	75							
P6 Kefīrs	7	150	4,8	3,0	5,7	72							
L1 Mannā biezputra ar ogu mērci	1,7	80/80	3,0	1,3	28,3	140							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,75 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10,5 grami AUGĻI un OGAS 80 grami							DĀRZENI 141,6 grami KARTUPEĻI 20 grami PIENS, skābie produkti 223 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 47,5 grami						
							34,6 41,6 106,9 952						
							Skolas piens 0 grami						

CETURTDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 5 graudu biezputra	1,7	150	5,1	2,6	21,2	133	L2 Tēja		150/	0,0	0,0	2,0	8
B2 Sviestmaize ar biezpiena masu	1,7,11	20/26	4,9	3,1	9,7	90	L3 Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32
B3 Tēja Karkade		150/	0,0	0,0	2,0	8							
P1 Zivju zupa ar dārzeniem un krējumu	4,7	200/5	2,4	3,2	9,9	82							
P2 Maltā gaļa tomātu mērcē	1	80	12,0	12,1	4,4	174							
P3 Vārīti griķi		100	3,6	0,6	29,0	138							
P4 Biešu -marinētu gurķu salāti ar eļļu		60	0,6	2,1	5,2	41							
P5 Kompots - ābolu		150	0,1	0,0	3,8	17							
P6 Rudzu maize	1	20	1,1	0,3	8,2	45							
L1 Makaroni vārīti ar sieru	1,7	100/15	8,5	6,9	29,8	222							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,53 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 7,6 grami AUGĻI un OGAS 98,5 grami							DĀRZENI 101,65 grami KARTUPEĻI 45 grami PIENS, skābie produkti 112,5 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 35,6 grami GAĻA, ZIVIS 75 grami						
							39,0 31,0 133,1 989						
							Skolas piens 0 grami						

PIEKTDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Kukurūzas biezputra/sviests	7	150/5	4,5	6,3	20,1	156	L3 Kakao	7	150	3,7	2,8	8,6	75
B2 Sviestmaize ar vistas gaļu	1,7	24/13	5,0	4,4	9,9	99	L4 Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32
B3 Tēja		150/	0,0	0,0	2,0	8							
P1 Dārzenu sautējums ar cūkgaļu	1,7	180	9,4	8,8	23,6	224							
P2 Gurķis marinēts		30	0,2	0,0	0,5	4							
P3 Rudzu maize	1	20	1,1	0,3	8,2	45							
P4 Dzēriens		150	0,2	0,0	2,6	11							
P5 Biezpiena krēms ar ogu ķīseli	7	65/50	9,7	2,9	6,4	97							
L1 Cīsiņi vārīti	9	60	6,4	13,9	0,9	154							
L2 Graudu sviestmaize	1,7,11	20/5	2,4	6,1	8,8	102							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10,25 grami AUGĻI un OGAS 102,5 grami							DĀRZENI 166,9 grami KARTUPEĻI 85 grami PIENS, skābie produkti 238,9 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 52 grami GAĻA, ZIVIS 56,6 grami						
							43,4 45,7 99,2 1007						
							Skolas piens 0 grami						
PIEVIENOTAIS SĀLS 4,952 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 45,95 grami AUGĻI un OGAS 451 grami							DĀRZENI 650,05 grami KARTUPEĻI 385 grami PIENS, skābie produkti 964,4 grami						
							BIEZPIENS, SIERS 157,6 grami GAĻA, ZIVIS 281,1 grami						
							Skolas piens 0 grami						