

Pirmdiena													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Kukurūzas biezputra	7	150	4.5	3.9	21.0	137	L3 Tēja Piparmētru		150	0.0	0.0	0.0	0
B2 Kviešu baltmaize ar sviestu	1,7	20/5	1.6	4.3	9.8	85	L4 Āboli (auglis)		80	0.3	0.2	8.0	38
B3 Tēja		150	0.0	0.0	2.0	8							
P1 Pupiņu zupa ar gaļu/krējums	7	150/5	4.8	5.1	13.9	122							
P2 Dārzenu un rīsu sautējums ar gaļu		150	10.9	11.8	37.0	302							
P3 Kāpostu-burkānu salāti ar krējumu	7	80	1.0	1.6	3.5	44							
P4 Sulas dzēriens		150	0.2	0.0	5.6	23							
P5 Graudu maize	1,11	20	2.4	2.0	8.7	65							
L1 Olu omlete	3,7	105	10.7	11.3	2.5	155							
L2 Graudu maize	1,11	20	2.4	2.0	8.7	65							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.5 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 6.1 grami AUGĻI un OGAS 80 grami		DĀRZENI 181.3 grami KARTUPEĻI 30 grami PIENS, skābie produkti 159.3 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 47.5 grami		38.8	42.1	120.8	1044	
							Skolas piens 0 grami						

Otrdiena													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Mannas biezputra	1,7	150	5.4	2.2	23.6	136	L3 Bumbieris (auglis)		80	0.3	0.1	7.7	34
B2 Graudu maize ar sviestu	1,7,11	20/5/15	5.9	10.5	8.8	156							
B3 Tēja		150	0.0	0.0	2.2	9							
P1 Dārzenu sautējums ar gaļu		210	9.7	12.2	15.1	213							
P2 Štovēti kāposti		80	1.4	7.3	1.8	78							
P3 Tēja Zaļā		150	0.0	0.0	0.0	0							
P4 Rudzu maize	1	20	1.1	0.3	8.2	45							
P5 Kakao ķīselis ar pienu	7	100/100	5.7	4.6	17.0	134							
L1 Karstmaize ar sieru	1,7	40	5.4	6.3	9.9	120							
L2 Kompots - ābolu		150	0.1	0.0	3.4	15							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 7.7 grami AUGĻI un OGAS 100.8 grami		DĀRZENI 185 grami KARTUPEĻI 58 grami PIENS, skābie produkti 211 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 31 grami GAĻA, ZIVIS 42 grami		35.0	43.6	97.6	941	
							Skolas piens 0 grami						

Trešdiena													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Rīsu biezputra	7	150	4.7	2.2	25.5	140	L2 Tēja ar citronu		150	0.0	0.0	3.7	15
B2 Sviestmaize ar sieru	1,7	20/5/15	5.1	8.6	9.8	139	L3 Āboli (auglis)		80	0.3	0.2	8.0	38
B3 Tēja		150	0.0	0.0	2.0	8							
P1 Dārzenu zupa ar vistu un krējumu	7	150/5	3.1	4.0	8.3	80							
P2 Gulašs	1,7	100	9.8	10.4	6.6	164							
P3 Vārīti griķi		100	3.6	0.6	29.0	138							
P4 Burkānu salāti ar sēkļiņām		80	1.9	8.4	5.6	106							
P5 Sulas dzēriens		150	0.2	0.0	5.6	23							
P6 Kviešu baltmaize	1	20	1.6	0.2	9.8	47							
L1 Smalkmaizīte ar sieru	1,3,7	60	10.4	10.6	30.5	244							
PIEVIENOTAIS SĀLS 4.76 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 11.3 grami AUGĻI un OGAS 82.36 grami		DĀRZENI 81.5 grami KARTUPEĻI 41 grami PIENS, skābie produkti 146.7 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 32.1 grami GAĻA, ZIVIS 57.81 grami		40.6	45.1	144.4	1141	
							Skolas piens 0 grami						

Ceturtdiena													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Auzu biezputra	1,7	150	5.9	3.7	20.5	146	L3 Āboli (auglis)		80	0.3	0.2	8.0	38
B2 Baltmaize/Sviests/Tomāts	1,7	20/3/15	1.8	4.3	10.4	88							
B3 Tēja Piparmētru		150	0.0	0.0	0.0	0							
P1 Vistas gaļas zupa ar nūdelēm	1	150	3.4	3.3	11.2	88							
P2 Cūkgālas plov		200	14.0	13.5	33.6	312							
P3 Pupiņu un biešu salāti		80	6.0	2.1	17.6	103							
P4 Melnā tēja ar pienu	7	150	1.8	1.3	6.7	46							
P5 Rudzu maize	1	20	1.1	0.3	8.2	45							
L1 Piena zupa ar makaroniem	1,7	150	4.5	2.4	14.4	99							
L2 Rudzu maize	1	20	1.1	0.3	8.2	45							
PIEVIENOTAIS SĀLS 2.1 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 7 grami AUGĻI un OGAS 80 grami		DĀRZENI 82 grami KARTUPEĻI 27.8 grami PIENS, skābie produkti 281.3 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 69.7 grami		40.0	31.3	138.8	1010	
							Skolas piens 0 grami						

Piektdiena													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Biezpiens ar gurķi un zaļumiem	7	100	12.3	4.5	2.5	119	L1 Sviestmaize ar sieru	1,7	20/5/15	5.1	8.6	9.8	139
B2 Kviešu baltmaize ar sviestu	1,7	20/5	1.6	4.3	9.8	85	L2 Ūdens ar ogām		150	0.0	0.0	0.4	2
B3 Tēja		150	0.0	0.0	2.0	8	L3 Bumbieris (auglis)		80	0.3	0.1	7.7	34
P1 Biešu zupa ar gaļu un sk.kr	7	150/5	3.2	5.1	12.5	114							
P2 Kurzemes stroganovs	1,7,10	80	7.9	13.9	5.4	199							
P3 Kartupeļu biezenis	7	100	2.1	1.9	16.3	88							
P4 Skābo kāpostu-biešu salāti		80	1.2	7.3	2.8	82							
P5 Kompots - zemeņu		150	0.1	0.1	4.7	20							
P6 Rudzu maize	1	20	1.1	0.3	8.2	45							
B1 5 gr.pārslu biezputra	1,7	150	6.3	3.2	24.3	157							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.2 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 7.8 grami AUGĻI un OGAS 100 grami		DĀRZENI 195.642 grami KARTUPEĻI 116 grami PIENS, skābie produkti 191.095 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 80 grami GAĻA, ZIVIS 55.5 grami		41.3	49.2	106.4	1089	
PIEVIENOTAIS SĀLS 10.56 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 39.9 grami AUGĻI un OGAS 443.16 grami		DĀRZENI 725.442 grami KARTUPEĻI 272.8 grami PIENS, skābie produkti 989.395 grami					BIEZPIENS, SIERS 143.1 grami GAĻA, ZIVIS 272.51 grami		Skolas piens 0 grami				