

PIRMDIENA															
	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1	Mannas biezputra ar ievārījumu	1,7	100/5	3,4	1,5	17,8	98								
B2	Baltmaize ar siera-olas masu	1,3,7	10/12	2,4	2,6	4,2	55								
B3	Tēja		150	0,0	0,0	2,0	8								
B4	Auglis		50	0,4	0,1	4,9	20								
P1	Borščs (veģetārais) ar sk.krējumu	7	150/5	1,3	2,6	11,1	76								
P2	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	1	120	13,8	9,2	26,4	249								
P3	Burkānu salāti ar sēkliņām	3,10	50	0,9	3,8	2,9	49								
P4	Rudzu maize	1	10	1,1	0,3	8,2	45								
L1	Piena zupa ar makaroniem	1,7	150	3,5	1,4	13,5	83								
L2	Sviestmaize ar desu	1,7,9	10/3/10	2,1	4,2	5,3	69								
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,9 grami		DĀRZENI 148,1 grami						KOPĀ:		28,9 25,7 96,3 751					
PIEVIENOTAIS CUKURS 4,8 grami		KARTUPEĻI 25,5 grami						BIEZPIENS, SIERS 5 grami							
AUGĻI un OGAS 52,2 grami		PIENS, skābie produkti 137,2 grami						GAĻA, ZIVIS 48 grami		Skolas piens 0 grami					

OTRDIENA																	
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums										
Alerg.							Alerg.										
Gat.sv							Gat.sv										
Olbal.							Olbal.										
Tauki							Tauki										
Oglhi							Oglhi										
Kalor							Kalor										
B1	Griķu biezputra ar sviestu	7	100/5	4,0	6,1	17,5	142	L2	Tēja		150	0,0	0,0	2,0	8		
B2	Sviestmaize ar gurķi	1,7	15/3/15	1,3	2,6	7,7	60	L3	Burkāns grauzams		30	0,3	0,0	1,8	9		
B3	Tēja Piparmētru		150	0,0	0,0	0,0	0										
P1	Svaigu kāpostu zupa ar gaļu un krēju	7	150/5	4,8	7,0	8,7	121										
P2	Zivju kotlete	1,3,4	60	6,5	7,6	5,0	117										
P3	Rīsi vārīti		70	2,1	0,9	21,0	99										
P4	Piena mērce	1,7	25	1,0	2,2	2,9	35										
P5	Dārzeņu salāti ar eļļu		50	0,5	2,2	3,2	40										
P6	Rudzu maize	1	15	0,8	0,2	6,1	34										
L1	Biezpiens ar krējumu/cepumi	7	40/10	7,7	3,8	9,0	101										
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,89 grami		DĀRZENI 118,5 grami		KOPĀ:						29,0		32,6		85,1		766	
PIEVIENOTAIS CUKURS 4,1 grami		KARTUPEĻI 47,8 grami		BIEZPIENS, SIERS 36 grami													
AUGĻI un OGAS 17,9 grami		PIENS, skābie produkti 137,7 grami		GAĻA, ZIVIS 79 grami						Skolas piens 0 grami							

TREŠDIENA														
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums							
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	
B1		7	100/3	3,5	4,2	17,0	L2		7	100	2,8	2,0	4,7	48
B2		1,7	10/5/15	1,7	7,5	5,3	L3			50	0,4	0,1	4,9	20
B3			150	0,0	0,0	2,0								
P1		1,7	150/5	2,6	3,8	11,0								
P2		1,7	60	6,0	8,8	1,6								
P3			70	1,4	0,2	13,1								
P4			50	0,6	2,1	2,4								
P5			150	0,2	0,0	6,1								
P6		1	10	0,6	0,1	4,1								
L1		1,3,7	40	4,9	5,8	23,2								
PIEVIENTOTAIS SĀLS 1,1 grami PIEVIENTOTAIS CUKURS 8,5 grami AUGĻI un OGAS 50 grami							DĀRZENI 93,5 grami KARTUPEĻI 105,8 grami PIENS, skābie produkti 224,7 grami							
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 15 grami GAĻA, ZIVIS 45 grami							
							24,7 34,7 95,3 787							
							Skolas piens 0 grami							

CETURTDIENA																	
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums										
Alerg.							Alerg.										
Gat.sv							Gat.sv										
Olbal.							Olbal.										
Tauki							Tauki										
Oglhi							Oglhi										
Kalor							Kalor										
B1	Biezpiens ar ievārījumu	7	60/7	8,3	3,4	6,2	103	L1	Piena rīsu zupa	7	150	4,2	2,4	17,1	106		
B2	Sviestmaize ar tomātu	1,7	10/3/15	1,0	2,6	5,5	49	L2	Graudu maize /sviestu	1,7,11	10/5	1,2	5,1	4,4	70		
B3	Tēja		150	0,0	0,0	2,0	8										
B4	Auglis		50	0,4	0,1	4,9	20										
P1	Vistas gaļas zupa ar nūdelēm/krējums	1,7	150/5	4,1	4,5	12,8	114										
P2	Cūkgaļas gabaliņi mērcē	1,7	60	5,0	6,4	2,4	91										
P3	Vārīti griķi		70	2,5	0,4	20,3	96										
P4	Biešu salāti ar krējumu	7	50	0,6	0,9	5,1	34										
P5	Rudzu maize	1	10	0,6	0,1	4,1	22										
P6	Ābolu sulas dzēriens		150	0,2	0,0	5,6	23										
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,76 grami		DĀRZENI 85,36 grami		KOPĀ:						28,1		26,1		90,5		737	
PIEVIENOTAIS CUKURS 5,8 grami		KARTUPEĻI 30 grami		BIEZPIENS, SIERS 44 grami													
AUGĻI un OGAS 50 grami		PIENS, skābie produkti 156,4 grami		GAĻA, ZIVIS 42,5 grami						Skolas piens 0 grami							

PIEKTDIENA																				
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums													
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor							
B1	Olu kultenis/kons.zirnīši	3,7	70/10	6,4	6,7	3,0	97	L2	Tēja		150	0,0	0,0	2,0	8					
B2	Graudu maize ar krēmsieru	1,7,11	20/10	3,0	4,2	9,0	88	L3	Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32					
B3	Tēja Piparmētru		150	0,0	0,0	2,0	8													
P1	Kotlete Mājas	1,3	60	8,1	9,2	9,0	158													
P2	Kartupeļu biezenis	7	70	1,6	0,8	12,6	61													
P3	Burkāni un puravi ar krējumu	7	50	0,8	0,9	3,4	29													
P4	Rudzu maize	1	15	0,8	0,2	6,1	34													
P5	Sulas dzēriens		150	0,2	0,0	5,6	23													
P6	Kakao ķīselis ar pienu	7	70/70	4,0	3,2	11,9	94													
L1	Karstmaize ar sieru	1,7	50	3,3	6,5	12,9	120													
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,5 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 7,4 grami AUGĻI un OGAS 80 grami							DĀRZENI 74 grami KARTUPEĻI 66,5 grami PIENS, skābie produkti 124,9 grami							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 30 grami GAĻA, ZIVIS 42,9 grami			28,9	31,9	85,2	751
PIEVIENOTAIS SĀLS 4,15 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 30,6 grami AUGĻI un OGAS 250,1 grami							DĀRZENI 519,46 grami KARTUPEĻI 275,6 grami PIENS, skābie produkti 780,9 grami							BIEZPIENS, SIERS 130 grami GAĻA, ZIVIS 257,4 grami			Skolas piens 0 grami			