

PIRMDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor
P1	Borščs (veģetārais) ar sk.krējumu	7	200/5	1,7	3,4	14,8	100						
P2	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	1	180	19,4	12,7	39,6	357						
P3	Burkānu salāti ar sēkliņām	3,10	70	1,3	5,2	4,1	68						
P4	Rudzu maize	1	20	1,1	0,3	8,2	45						
P5	Piens	7	150	4,2	3,0	7,1	72						
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,7 grami		DĀRZENI 208,04 grami		KOPĀ:						27,8 24,4 73,8 642			
PIEVIENOTAIS CUKURS 2 grami		KARTUPEĻI 34 grami		BIEZPIENS, SIERS 0 grami									
AUGĻI un OGAS 3 grami		PIENS, skābie produkti 156 grami		GAĻA, ZIVIS 65 grami				Skolas piens 0 grami					

OTRDIENA															
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums								
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		
P1	Svaigu kāpostu zupa ar gaļu un krēju	7	200/5	6,3	8,9	11,6	157								
P2	Zivju kotlete	1,3,4	60	6,5	7,6	5,0	117								
P3	Rīsi vārīti		120	3,6	1,5	36,0	170								
P4	Piena mērce	1,7	40	1,6	4,4	4,7	65								
P5	Dārzeņu salāti ar eļļu		70	0,7	3,2	4,5	57								
P6	Rudzu maize	1	20	1,1	0,3	8,2	45								
P7	Tēja Piparmētru		200	0,0	0,0	0,0	0								
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,07 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 0,2 grami AUGĻI un OGAS 25 grami							DĀRZENI 100,8 grami KARTUPEĻI 61,1 grami PIENS, skābie produkti 46,6 grami						KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 87 grami		19,8 25,8 70,0 611
							Skolas piens 0 grami								

TREŠDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1	Rasoļņiks zupa ar gaļu/krējums	1,7	200/5	3,4	4,8	14,6	115						
P2	Cūkgaļas stroganovs	1,7	80	8,0	12,4	2,1	159						
P3	Vārīti kartupeļi		120	2,4	0,2	22,5	96						
P4	Kāpostu burkānu salāti ar eļļu		70	0,8	3,6	3,3	55						
P5	Piens	7	200	5,6	4,0	9,5	96						
P6	Rudzu maize	1	20	1,1	0,3	8,2	45						
P7	Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32						
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,3 grami		DĀRZENI 128,4 grami		KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 60 grami					22,1	25,5	67,8	599	
PIEVIENOTAIS CUKURS 0,2 grami		KARTUPEĻI 168,8 grami											
AUGĻI un OGAS 80 grami		PIENS, skābie produkti 217 grami		Skolas piens 0 grami									

CETURTDIENA															
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums								
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		
P1	Vistas gaļas zupa ar nūdelēm/krējums	1,7	200/5	5,4	5,7	17,0	146								
P2	Cūkgaļas gabaliņi mērcē	1,7	90	7,5	9,6	3,7	137								
P3	Vārīti griķi		120	4,3	0,7	34,8	165								
P4	Biešu salāti ar krējumu	7	70	0,9	1,3	7,2	48								
P5	Rudzu maize	1	20	1,1	0,3	8,2	45								
P6	Ābolu sulas dzēriens		200	0,3	0,0	7,5	31								
P7	Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32								
PIEVIENOTAIS SĀLS 1 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 2,9 grami AUGĻI un OGAS 80 grami							DĀRZENI 98,9 grami KARTUPEĻI 40 grami PIENS, skābie produkti 26,8 grami						KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 61,6 grami		20,1 17,8 86,3 604
							Skolas piens 0 grami								

PIEKTDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor
P1	Kotlete Mājas	1,3	70	9,5	10,7	10,5	184						
P2	Kartupeļu biezenis	7	120	2,8	1,3	21,6	104						
P3	Burkāni un puravi ar krējumu	7	70	1,1	1,2	4,8	41						
P4	Rudzu maize	1	20	1,1	0,3	8,2	45						
P5	Sulas dzēriens		200	0,3	0,0	7,5	31						
P6	Kakao ķīselis ar pienu	7	100/100	5,7	4,6	17,0	134						
P7	Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32						
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,5 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 4,7 grami AUGĻI un OGAS 80 grami							DĀRZENI 88,4 grami KARTUPEĻI 114 grami PIENS, skābie produkti 128,5 grami						
PIEVIENOTAIS SĀLS 4,57 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10 grami AUGĻI un OGAS 268 grami							DĀRZENI 624,54 grami KARTUPEĻI 417,9 grami PIENS, skābie produkti 574,9 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 50 grami						
							21,1 18,3 77,4 571						
							Skolas piens 0 grami						
							BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 323,6 grami						
							Skolas piens 0 grami						