

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	150/5	5,1	2,2	25,0	140								
B2	Baltmaize ar siera-olas masu	1,3,7	20/25	4,7	5,1	8,4	109								
B3	Tēja		150	0,0	0,0	2,0	8								
B4	Auglis		90	0,8	0,2	8,8	36								
P1	Borščs (veģetārais) ar sk.krējumu	7	200/5	1,7	3,4	14,8	100								
P2	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	1	150	17,2	11,5	33,0	310								
P3	Burkānu salāti ar sēkliņām	3,10	60	1,1	4,5	3,5	59								
P4	Rudzu maize	1	20	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	20/5/15	3,5	6,9	10,5	120								
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,3 grami		DĀRZENI 187,74 grami						KOPĀ:		38,8 35,4 127,7 1010					
PIEVIENOTAIS CUKURS 6 grami		KARTUPEĻI 34 grami													
AUGĻI un OGAS 93 grami		PIENS, skābie produkti 176 grami						BIEZPIENS, SIERS 10 grami							
								GAĻA, ZIVIS 60 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	150/5	5,1	6,5	24,9	179	L2	Tēja		150	0,0	0,0	2,0	8
B2	Sviestmaize ar gurķi	1,7	20/5/15	1,8	4,3	10,2	87	L3	Burkāns grauzams		50	0,5	0,0	3,0	14
B3	Tēja Piparmētru		150	0,0	0,0	0,0	0								
P1	Svaigu kāpostu zupa ar gaļu un kājum7		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		100	3,0	1,2	30,0	142								
P4	Piena mērce	1,7	30	1,2	2,6	3,5	42								
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								
L1	Biezpiens ar krējumu/cepumi	7	60/20	10,9	6,3	16,9	169								
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,22 grami		DĀRZENI 165,8 grami		KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 48 grami GAĻA, ZIVIS 87 grami						37,1					
PIEVIENOTAIS CUKURS 5,2 grami		KARTUPEĻI 61,1 grami								40,8					
AUGĻI un OGAS 25 grami		PIENS, skābie produkti 164,2 grami								119,8					
														1016	
														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	150/5	4,4	6,2	24,1	169	L2	Piens	7	150	4,2	3,0	7,1	72				
B2		1,7	20/5/15	5,1	8,6	9,8	139	L3	Auglis		90	0,8	0,2	8,8	36				
B3			150	0,0	0,0	2,0	8												
P1		1,7	200/5	3,4	4,8	14,6	115												
P2		1,7	80	8,0	12,4	2,1	159												
P3			100	2,0	0,2	18,7	80												
P4			60	0,7	3,1	2,9	47												
P5			150	0,2	0,0	6,1	25												
P6		1	20	1,1	0,3	8,2	45												
L1		1,3,7	40	4,9	5,8	23,2	155												
PIEVIENTOTAIS SĀLS 1,45 grami PIEVIENTOTAIS CUKURS 8,8 grami AUGĻI un OGAS 90 grami							DĀRZENI 116,85 grami KARTUPEĻI 148 grami PIENS, skābie produkti 289,7 grami							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 15 grami GAĻA, ZIVIS 60 grami			34,9 44,6 127,4 1050		
														Skolas piens 0 grami					

CETURTDIENA											
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums				
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
B1		7	80/10	12,0	3,5	8,7	129	L1		7	200
B2		1,7	20/5/20	1,8	4,3	10,6	89	L2		1,7,11	20/5
B3			150/	0,0	0,0	2,0	8				2,4
B4			90	0,8	0,2	8,8	36				6,1
P1		1,7	200/5	5,4	5,7	17,0	146				8,8
P2		1,7	90	7,5	9,6	3,7	137				102
P3			100	3,6	0,6	29,0	138				
P4		7	60	0,7	1,1	6,2	41				
P5		1	20	1,1	0,3	8,2	45				
P6			150	0,2	0,0	5,6	23				
PIEVIENTAIS SĀLS 1,05 grami PIEVIENTAIS CUKURS 6,5 grami AUGĻI un OGAS 90 grami							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 64 grami GAĻA, ZIVIS 61,6 grami Skolas piens 0 grami				
DĀRZENI 108,9 grami KARTUPEĻI 40 grami PIENS, skābie produkti 182 grami							40,6 34,2 130,5 1025				

PIEKTDIENA											
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums				
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
B1 Olu kultenis/kons.zirnīši	3,7	100/12	8,9	9,5	3,9	135	L2 Tēja		150/	0,0	0,0
B2 Graudu maize ar krēmsieru	1,7,11	20/15	3,2	5,3	9,1	99	L3 Auglis		100	0,9	0,2
B3 Tēja Piparmētru		160	0,0	0,0	2,0	8				10,0	41
P1 Kotlete Mājas	1,3	70	9,5	10,7	10,5	184					
P2 Kartupeļu biezenis	7	100	2,3	1,1	18,0	87					
P3 Burkāni un puravi ar krējumu	7	60	1,0	1,1	4,1	35					
P4 Rudzu maize	1	20	1,1	0,3	8,2	45					
P5 Sulas dzēriens		150	0,2	0,0	5,6	23					
P6 Kakao ķīselis ar pienu	7	100/100	5,7	4,6	17,0	134					
L1 Karstmaize ar sieru	1,7	50	6,8	7,9	12,4	149					
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,71 grami	DĀRZENI 88,6 grami						KOPĀ:				
PIEVIENOTAIS CUKURS 8 grami	KARTUPEĻI 95 grami						BIEZPIENS, SIERS 35 grami				
AUGĻI un OGAS 102 grami	PIENS, skābie produkti 171,4 grami						GAĻA, ZIVIS 50 grami				
							Skolas piens 0 grami				
PIEVIENOTAIS SĀLS 5,73 grami	DĀRZENI 667,89 grami										
PIEVIENOTAIS CUKURS 34,5 grami	KARTUPEĻI 378,1 grami						BIEZPIENS, SIERS 172 grami				
AUGĻI un OGAS 400 grami	PIENS, skābie produkti 983,3 grami						GAĻA, ZIVIS 318,6 grami				
							Skolas piens 0 grami				