

Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Boršcs (veģetārais) ar sk.krējumu	7	250/10	2,2	4,7	18,5	132							
P2 Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	1	200	21,6	14,1	44,0	397							
P3 Burkānu salāti ar sēkliņām	3,10	70	1,3	5,2	4,1	68							
P4 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P5 Piens	7	150	4,2	3,0	7,1	72							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami	DĀRZENI 234,7 grami						KOPĀ:						
PIEVIENOTAIS CUKURS 2,5 grami	KARTUPEĻI 42,5 grami						BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
AUGĻI un OGAS 3,8 grami	PIENS, skābie produkti 160 grami						GAĻA, ZĪVIS 72,2 grami						
								Skolas piens 0 grami					
									32,1	27,6	94,2	782	

Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Svaigu kāpostu zupa ar gaļu un krēju	7	250/10	8,0	12,1	14,6	206							
P2 Zivju kotlete	1,3,4	70	7,7	8,8	6,8	141							
P3 Rīsi vārīti		150	4,5	1,8	45,1	212							
P4 Piena mērce	1,7	55	2,2	7,0	6,4	98							
P5 Dārzenu salāti ar eļļu		70	0,7	3,2	4,5	57							
P6 Rudzu maize	1	60	3,3	0,8	24,5	135							
P7 Tēja Piparmētru		200	0,0	0,0	0,0	0							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,24 grami	DĀRZENI 110,8 grami	KOPĀ:							26,4	33,7	102,0	848	
PIEVIENOTAIS CUKURS 0,2 grami	KARTUPEĻI 75,8 grami	BIEZPIENS, SIERS 0 grami											
AUGĻI un OGAS 25 grami	PIENS, skābie produkti 67,2 grami	GALA, ZIVIS 104,2 grami						Skolas piens 0 grami					

Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Rasolņiks zupa ar gaļu/krējums	1,7	250/10	4,4	6,7	18,3	152							
P2 Cūkgaļas strogonovs	1,7	100	10,0	15,5	2,6	199							
P3 Vārīti kartupeļi		150	2,9	0,3	28,1	120							
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	50	2,8	0,6	20,4	112							
P7 Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,5 grami	DĀRZENI 140,2 grami	KOPĀ:							27,3	31,0	90,0	767	
PIEVIENOTAIS ČUKURS 0,2 grami	KARTUPEĻI 211 grami	BIEZPIENS, SIERS 0 grami											
AUGLI un OGAS 80 grami	PIENS, skābie produkti 225 grami	GALA, ZIVIS 75 grami						Skolas piens 0 grami					

Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Vistas gaļas zupa ar nūdelēm/krējums	1,7	250/10	6,9	9,2	21,4	206							
P2 Cūkgaļas gabaliņi mērcē	1,7	100	8,3	11,7	4,1	161							
P3 Vārīti griķi		150	5,3	0,9	43,6	206							
P4 Biešu salāti ar krējumu	7	70	0,9	1,3	7,2	48							
P5 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P6 Ābolu sulas dzēriens		200	0,3	0,0	7,5	31							
P7 Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32							
PIEVIENTOTAIS SĀLS 1,1 grami	DĀRZENI 104 grami						KOPĀ:		25,2	23,9	112,0	796	
PIEVIENTOTAIS CUKURS 2,9 grami	KARTUPEĻI 50 grami						BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
AUGLI un OGAS 80 grami	PIENS, skābie produkti 33,6 grami						GALA, ZIVIS 70,9 grami						
							Skolas piens 0 grami						

Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Kotlete Mājas	1,3	80	10,8	14,3	12,0	228							
P2 Kartupeļu biezenis	7	150	3,5	1,7	27,0	131							
P3 Burkāni un puravi ar krējumu	7	70	1,1	1,2	4,8	41							
P4 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P5 Sulas dzēriens		200	0,3	0,0	7,5	31							
P6 Kakao ķīselis ar pienu	7	120/120	6,8	5,6	20,4	161							
P7 Auglis		80	0,7	0,2	7,8	32							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,5 grami	DĀRZENI 89,2 grami						KOPĀ:						
PIEVIENOTAIS CUKURS 5,1 grami	KARTUPEĻI 142,5 grami						BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
AUGĻI un OGAS 80 grami	PIENS, skābie produkti 154,2 grami						GAĻA, ZIVIS 57,1 grami						
							Skolas piens 0 grami						
PIEVIENOTAIS SĀLS 5,14 grami	DĀRZENI 678,9 grami												
PIEVIENOTAIS CUKURS 10,9 grami	KARTUPEĻI 521,8 grami						BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
AUGĻI un OGAS 268,8 grami	PIENS, skābie produkti 640 grami						GAĻA, ZIVIS 379,4 grami						
							Skolas piens 0 grami						