

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 28.01.2019			31,500	31,400	82,800	781,000
Pusdienas			31,500	31,400	82,800	781,000
	Maltās gaļas zupa **A07	200	7,700	7,900	12,800	183,000
	Boloņas mērce	100	13,500	18,400	6,700	258,000
	Vārīti griķi	130	6,700	1,900	33,700	179,000
	Svaigu kāpostu un burkānu salāti	50	1,500	2,500	2,100	37,000
	Ābolu-dzērveņu dzēriens	200	0,200	0,200	12,200	51,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
Otrdiena 29.01.2019			21,800	30,400	91,100	743,000
Pusdienas			21,800	30,400	91,100	743,000
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem **A09	200	4,100	7,200	14,100	137,000
	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem **A01	200	15,000	19,500	46,000	439,000
	Burkānu-apelsīnu salāti	50	0,600	3,000	3,500	43,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Dzērveņu dzēriens	200	0,200	0,200	12,200	51,000
Trešdiena 30.01.2019			23,700	28,600	78,800	703,000
Pusdienas			23,700	28,600	78,800	703,000
	Cūkgaļas stroganovs ar kartupeļiem	80/150	13,000	20,100	21,800	356,000
	Marinēts gurķis	50	0,800		6,400	29,000
	Biezpiena saldā masa ar dzērveņu mērci **A07,A012	70/130	8,000	8,000	35,300	245,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
Ceturtdiena 31.01.2019			23,100	25,800	97,400	713,000
Pusdienas			23,100	25,800	97,400	713,000
	Cūkgaļas kotlete **A01,A03	70	10,000	16,200	5,600	208,000
	Vārīti makaroni **A01	130	5,400	2,800	36,200	191,000
	Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu	50	2,400	1,700	4,700	44,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Ābolu-kanēļa krēms ar ogu ķīseli **A07	70/130	3,400	4,600	35,600	197,000
Piektdiena 01.02.2019			25,700	26,100	83,500	701,000
Pusdienas			25,700	26,100	83,500	701,000
	Soļanka **A07	200	7,700	7,900	12,800	183,000
	Gulaša mērce **A01,A07	80	10,100	14,400	4,300	187,000
	Vārīti rīsi	130	4,300	0,600	44,200	199,000
	Jauktu dārzeņu salāti	50	1,500	2,500	2,100	37,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Auglis(apelsīns)	50	0,200	0,200	4,800	22,000

Ēdienkarte sastādīta ņemot vērā MK noteikumus Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem” (no 13.03.2012) .