

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena 28.01.2019</b>			<b>33,400</b>	<b>36,000</b>	<b>94,200</b>	<b>850,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>33,400</b>	<b>36,000</b>	<b>94,200</b>	<b>850,000</b>
	Maltās gaļas zupa **A01	250	7,100	9,700	17,000	188,000
	Boloņas mērce	100	13,500	18,400	6,700	258,000
	Vārīti griķi	150	7,700	2,200	38,800	206,000
	Svaigu kāpostu un burkānu salāti ar eļļu	100	3,000	5,000	4,200	74,000
	Ābolu-dzērveņu dzēriens	200	0,200	0,200	12,200	51,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
<b>Otrdiena 29.01.2019</b>			<b>25,800</b>	<b>32,500</b>	<b>119,100</b>	<b>853,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>25,800</b>	<b>32,500</b>	<b>119,100</b>	<b>853,000</b>
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem **A09	250	5,500	5,700	17,400	146,000
	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem **A01	220	15,100	19,700	52,000	424,000
	Burkānu-apelsīnu salāti	100	1,200	6,000	7,000	87,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	145,000
	Dzērveņu dzēriens	200	0,200	0,200	12,200	51,000
<b>Trešdiena 30.01.2019</b>			<b>27,800</b>	<b>32,600</b>	<b>101,200</b>	<b>840,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>27,800</b>	<b>32,600</b>	<b>101,200</b>	<b>840,000</b>
	Cūkgaļas stroganovs ar kartupeļiem **A07	80/180	15,500	23,600	25,900	408,000
	Marinēts gurķis	50	0,500	0,100	1,900	11,000
	Biezpiena saldā masa ar dzērveņu mērci **A07,A012	80/150	8,000	8,000	42,900	276,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	145,000
<b>Ceturtdiena 31.01.2019</b>			<b>30,400</b>	<b>28,800</b>	<b>122,700</b>	<b>871,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>30,400</b>	<b>28,800</b>	<b>122,700</b>	<b>871,000</b>
	Cūkgaļas kotlete **A01,A03	70	10,000	16,200	5,600	208,000
	Vārīti makaroni **A01	180	6,200	3,200	41,800	221,000
	Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu	100	4,800	3,400	8,400	83,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	145,000
	Ābolu-kanēļa krēms ar ķīseli	50/180	5,600	5,100	36,400	214,000
<b>Piektdiena 01.02.2019</b>			<b>28,500</b>	<b>30,800</b>	<b>105,000</b>	<b>823,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>28,500</b>	<b>30,800</b>	<b>105,000</b>	<b>823,000</b>
	Soļanka **A07	250	7,100	9,700	17,000	196,000
	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	100	3,000	5,000	4,200	74,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	145,000
	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) .