

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 03.12.2018			36,000	44,380	132,800	1 106,000
Brokastis			8,800	8,600	39,000	269,000
	Piecgraudu biezputra ar ievārījumu **A07	120/10	3,400	2,000	24,000	128,000
	Kviešu maize ar sviestu un sieru **A03, A01;A07	20/4/15	5,200	6,200	10,100	117,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200	0,400	4,900	24,000
Pusdienas			17,400	22,300	59,200	538,000
	Biešu zupa ar krējumu **A07	150	3,100	5,400	9,600	130,000
	Malta cūkgaļa saldā krējuma mērcē **A01,A07	60	7,600	12,900	5,600	169,000
	Vārīti griķi	80	4,100	1,200	20,700	110,000
	Kīnas kāpostu un tomātu salāti ar eļļu	50	1,500	2,500	2,100	37,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu sulas dzēriens	150			12,500	50,000
Launags			9,800	13,480	34,600	299,000
	Biezpiens ar krējumu un ievārījumu **A07	70/15	7,200	10,700	15,700	188,000
	Sēklu maize **A01	20	2,200	1,980	9,100	63,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200	0,400	4,900	24,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Otrdiena 04.12.2018			35,100	37,500	125,000	978,000
Brokastis			12,400	11,000	42,400	318,000
	Makaruni ar sieru **A01,A07	120/20	9,600	8,600	33,500	250,000
	Kakao ar pienu un cukuru **A07	150	2,800	2,400	8,900	68,000
Pusdienas			16,200	20,400	44,600	427,000
	Cūkgaļas un dārzeņu sautējums	170	10,000	15,800	16,700	249,000
	Marinēts gurķis	50	0,600		5,300	24,000
	Saldskābmaize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Zemeņu ķīselis ar biezpiena desertu **A07	100/50	4,500	4,300	13,900	112,000
Launags			6,500	6,100	38,000	233,000
	Biezpiena-ābolu sacepums ar krējumu **A01,A07	100/15	6,000	5,700	23,600	170,000
	Tēja ar cukuru **A01	200	0,300		9,500	39,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Trešdiena 05.12.2018			34,200	41,700	146,100	1 096,000
Brokastis			7,100	8,800	37,400	257,000
	Biezputra Asorti ar ievārījumu **A01,A07	120/10	2,900	3,000	22,000	127,000
	Kliju maize ar sviestu un aknu pastēti **A01,A07	20/4/20	4,000	5,700	10,500	109,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200	0,100	4,900	21,000
Pusdienas			20,200	21,800	58,300	510,000
	Skābētu kāpostu zupa ar krējumu **A07	150	3,500	4,500	8,500	89,000
	Cūkgaļas stroganovs **A01,A07	60	9,900	12,700	2,300	163,000
	Vārīti makaroni **A01	100	4,200	2,100	27,900	147,000
	Biešu salāti ar ķiploku un eļļu	50	0,700	2,000	4,300	38,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
Launags			6,900	11,100	50,400	329,000
	Biezās ķirbju pankūkas ar ievārījumu **A01,A03,A07	100/15	6,500	10,600	40,600	284,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200	0,100	4,900	21,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Ceturtdiena 06.12.2018			31,400	42,200	142,000	1 077,000
Brokastis			5,800	8,100	48,700	291,000
	Prosas biezputra ar ābolu ievārījumu **A01,A07	120/10	4,000	3,500	24,400	145,000

	Graudu maize ar sviestu **A01,A07	25	1,600	4,500	19,400	125,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200	0,100	4,900	21,000
Pusdienas			16,400	24,000	66,600	552,000
	Cūkgaļas kotlete **A01,A03	50	7,200	11,600	4,000	149,000
	Vārīti kartupeļi ar piena mērci **A01,A07	130/40	3,500	1,800	22,300	124,000
	Jauktu dārzeņu salāti	50	0,800	4,000	3,500	53,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Mannas krēms ar sulas mērci **A01,A07	80/100	3,800	6,300	28,100	184,000
Launags			9,200	10,100	26,700	234,000
	Kviešu maize ar desu "Tīģerītis" **A01,A07	30/5/20	4,800	6,700	15,700	142,000
	Kefīrs **A07	150	4,200	3,000	6,100	68,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Piektdiena 07.12.2018			32,800	43,100	162,300	1 169,000
Brokastis			6,700	9,600	51,900	320,000
	Miežu putraimu biezputra ar sviestu **A01,A07	120/5	4,600	5,100	35,500	206,000
	Kviešu maize ar sviestu **A01,A07	20/5	1,900	4,400	11,500	93,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200	0,100	4,900	21,000
Pusdienas			17,400	22,200	73,400	564,000
	Mājas soļanka **A07	150	3,000	3,600	13,300	98,000
	Vistas gaļas plov	150	11,400	14,800	30,700	302,000
	Burkānu un ābolu salāti **A07	50	1,600	3,500	6,800	65,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Dzērveņu dzēriens	150	0,300		13,900	57,000
Launags			8,700	11,300	37,000	285,000
	Graudaugu pārslas ar pienu **A01,A07	30/200	8,500	10,900	32,100	261,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000

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) .