

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena 05.11.2018</b>			<b>40,700</b>	<b>48,180</b>	<b>167,600</b>	<b>1 291,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>11,300</b>	<b>12,400</b>	<b>62,900</b>	<b>408,000</b>
	Piecgraudu biezputra ar ievārījumu **A07	200/15	5,800	6,100	41,000	242,000
	Kviešu maize ar sviestu un sieru **A03, A01;A07	20/4/15	5,200	6,200	10,100	117,000
	Tēja ar cukuru	200	0,300	0,100	11,800	49,000
<b>Pusdienas</b>			<b>19,500</b>	<b>22,600</b>	<b>65,000</b>	<b>566,000</b>
	Biešu zupa **A07	180	4,200	5,400	10,200	130,000
	Malta cūkgaļa saldā krējuma mērcē **A01,A07	60	7,600	12,900	5,600	169,000
	Vārīti griķi	100	5,100	1,500	25,900	138,000
	Ķīnas kāpostu-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 dzēriens	150			12,500	50,000
<b>Launags</b>			<b>9,900</b>	<b>13,180</b>	<b>39,700</b>	<b>317,000</b>
	Biezpiens ar krējumu un ievārījumu **A07	70/15	7,200	10,700	15,700	188,000
	Sēklu maize	20	2,200	1,980	9,100	63,000
	Tēja ar cukuru	200	0,300	0,100	10,000	42,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
<b>Otrdiena 06.11.2018</b>			<b>43,120</b>	<b>47,720</b>	<b>158,000</b>	<b>1 235,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>16,720</b>	<b>15,820</b>	<b>52,700</b>	<b>420,000</b>
	Makaruni ar sieru **A01,A07	130/30	12,300	12,200	42,300	328,000
	Kakao ar pienu un cukuru	200	4,420	3,620	10,400	92,000
<b>Pusdienas</b>			<b>19,900</b>	<b>25,800</b>	<b>67,300</b>	<b>582,000</b>
	Dārzeņu sautējums **A01,A07	180	6,000	6,400	30,600	204,000
	Viltotais zaķis **A01, A03;A07	60	11,800	18,900	10,900	261,000
	Marinēts gurķis	50	0,600		5,300	24,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Dzērveņu dzēriens	150	0,400	0,200	11,800	51,000
<b>Launags</b>			<b>6,500</b>	<b>6,100</b>	<b>38,000</b>	<b>233,000</b>
	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
<b>Trešdiena 07.11.2018</b>			<b>39,300</b>	<b>46,400</b>	<b>178,900</b>	<b>1 289,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>11,400</b>	<b>13,800</b>	<b>59,600</b>	<b>408,000</b>
	Biezputra Asorti ar ievārījumu **A01,A07	200/20	7,100	8,000	39,100	257,000
	Kliju maize ar sviestu un aknu pastēti **A01,A07	20/4/20	4,000	5,700	10,500	109,000
	Tēja ar cukuru	200	0,300	0,100	10,000	42,000
<b>Pusdienas</b>			<b>21,200</b>	<b>21,600</b>	<b>63,700</b>	<b>533,000</b>
	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 ķiploki	50	0,700	2,000	4,300	38,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Zemeņu ķīselis ar biezpiena desertu	100/50	4,500	4,300	13,900	112,000
<b>Launags</b>			<b>6,700</b>	<b>11,000</b>	<b>55,600</b>	<b>348,000</b>
	Biezās ķirbju pankūkas ar ievārījumu **A01,A03,A07	100/15	6,500	10,600	40,600	284,000
	Tēja ar cukuru	200			10,100	40,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
<b>Ceturtdiena 08.11.2018</b>			<b>44,520</b>	<b>56,820</b>	<b>181,600</b>	<b>1 420,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>15,220</b>	<b>16,420</b>	<b>70,200</b>	<b>490,000</b>
	Prosas biezputra ar ābolu ievārījumu **A01,A07	200/15	9,200	8,300	40,400	273,000
	Graudu maize ar sviestu **A01,A07	25	1,600	4,500	19,400	125,000

	Tēja ar cukuru **A07	200	4,420	3,620	10,400	92,000
<b>Pusdienas</b>			<b>20,100</b>	<b>30,300</b>	<b>84,700</b>	<b>696,000</b>
	Biešu zupa ar krējumu **A07	180	3,700	6,300	18,100	144,000
	Cūkgaļas kotlete	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	80/100	3,800	6,300	28,100	184,000
<b>Launags</b>			<b>9,200</b>	<b>10,100</b>	<b>26,700</b>	<b>234,000</b>
	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
<b>Piektdiena 09.11.2018</b>			<b>38,500</b>	<b>49,300</b>	<b>184,600</b>	<b>1 337,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>8,900</b>	<b>12,100</b>	<b>67,400</b>	<b>414,000</b>
	Miežu putraimu biezputra ar sviestu **A01,A07	220	6,700	7,600	45,900	279,000
	Kviešu maize ar sviestu **A01,A07	20/5	1,900	4,400	11,500	93,000
	Tēja ar cukuru	200	0,300	0,100	10,000	42,000
<b>Pusdienas</b>			<b>20,900</b>	<b>25,900</b>	<b>80,200</b>	<b>638,000</b>
	Mājas soļanka **A07	180	3,700	6,300	18,100	144,000
	Vistas gaļas plov	160	14,200	15,800	32,700	330,000
	Burkānu-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
<b>Launags</b>			<b>8,700</b>	<b>11,300</b>	<b>37,000</b>	<b>285,000</b>
	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) .