

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 08.10.2018			40,700	48,180	167,600	1 291,000
Brokastis			11,300	12,400	62,900	408,000
	Piecgraudu biežputra 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
Pusdienas			19,500	22,600	65,000	566,000
	Skābeņu 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
Launags			9,900	13,180	39,700	317,000
	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
Otrdiena 09.10.2018			43,120	47,720	158,000	1 235,000
Brokastis			16,720	15,820	52,700	420,000
	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
Pusdienas			19,900	25,800	67,300	582,000
	Dārzeņu sautējums **A01,A07	180	6,000	6,400	30,600	204,000
	Viltotais zaķis **A01, A03;A07	60	11,800	16,900	10,900	243,000
	Svaigu kāpostu-burkānu salāti ar eļļu	50	0,600	2,000	5,300	42,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Dzērveņu dzēriens	150	0,400	0,200	11,800	51,000
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 10.10.2018			39,300	46,400	178,900	1 289,000
Brokastis			11,400	13,800	59,600	408,000
	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
Pusdienas			21,200	21,600	63,700	533,000
	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 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
Launags			6,700	11,000	55,600	348,000
	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
Ceturtdiena 11.10.2018			44,520	56,820	181,600	1 420,000
Brokastis			15,220	16,420	70,200	490,000
	Prosas biežputra 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
Pusdienas			20,100	30,300	84,700	696,000
	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
	Piena ķīselis ar sulas mērci	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 12.10.2018			38,500	49,300	184,600	1 337,000
Brokastis			8,900	12,100	67,400	414,000
	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
Pusdienas			20,900	25,900	80,200	638,000
	Biešu zupa ar krējumu **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
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) .