

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena 13.09.2021</b>			<b>36,150</b>	<b>41,300</b>	<b>117,270</b>	<b>978,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>9,590</b>	<b>9,910</b>	<b>39,790</b>	<b>278,000</b>
	Četru graudu biezputra ar ievārījumu **A07	120/6	3,400	2,000	21,600	110,000
	Sviestmaize ar sieru **A01,A07	23/15	4,100	6,020	10,400	111,000
	Kakao	120	2,090	1,890	7,790	57,000
<b>Pusdienas</b>			<b>17,540</b>	<b>20,530</b>	<b>55,170</b>	<b>477,000</b>
	Sezonas dārzeņu zupa **A07	150	2,400	4,700	10,800	98,000
	Pasta ar maltu cūkgaļu un mix dārzeņiem **A01,A03,A07	160	12,600	12,200	20,100	241,000
	Vitamīnu salāti	60	0,670	3,120	5,020	51,000
	Rudzu maize **A01	25	1,380	0,300	11,550	54,000
	Auglis	70	0,490	0,210	7,700	33,000
<b>Launags</b>			<b>9,020</b>	<b>10,860</b>	<b>22,310</b>	<b>223,000</b>
	Kefira pankūkas ar ievārījumu **A01,A07	100/10	8,720	10,770	18,530	206,000
	Tēja ar cukuru	150	0,300	0,090	3,780	17,000
<b>Otrdiena 14.09.2021</b>			<b>34,570</b>	<b>33,150</b>	<b>138,140</b>	<b>983,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>11,180</b>	<b>8,180</b>	<b>37,420</b>	<b>265,000</b>
	Kliju maize ar biezpiena masu un zaļumiem **A01, A07	30/30	5,400	3,200	16,100	115,000
	Sviestmaize ar aknu pastēti **A01, A07	24/14	5,040	4,690	10,470	103,000
	Kumelīšu tēja ar cukuru un citronu	125	0,250	0,080	3,150	14,000
	Auglis	70	0,490	0,210	7,700	33,000
<b>Pusdienas</b>			<b>14,390</b>	<b>14,140</b>	<b>63,320</b>	<b>435,000</b>
	Tomātu zupa ar pupiņām **A01,A03,A07	150	2,400	4,700	10,800	95,000
	Sautētas cūkgaļas strēmelītes gurķu mērcē ar rīsiem	80/80	9,600	6,600	28,000	210,000
	Rivētu burkānu salāti	60	0,590	2,360	6,370	46,000
	Rudzu maize **A01	25	1,380	0,300	11,550	54,000
	Auglis	60	0,420	0,180	6,600	30,000
<b>Launags</b>			<b>9,000</b>	<b>10,830</b>	<b>37,400</b>	<b>283,000</b>
	Piena zupa ar makaroniem **A01	200	7,380	6,670	27,000	198,000
	Baltmaize ar sviestu **A01,A07	20/4	1,620	4,160	10,400	85,000
<b>Trešdiena 15.09.2021</b>			<b>39,520</b>	<b>49,150</b>	<b>122,720</b>	<b>1 092,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>11,710</b>	<b>17,800</b>	<b>39,970</b>	<b>367,000</b>
	Auzu pārslu biezputra ar sviestu **A01,A07	130/9	5,200	10,730	22,150	206,000
	Sviestmaize ar olu **A01,A03,A07	20/3/20	4,100	5,100	10,500	104,000
	Kumelīšu tēja ar cukuru un pienu	150	2,410	1,970	7,320	57,000
<b>Pusdienas</b>			<b>17,570</b>	<b>20,760</b>	<b>53,420</b>	<b>472,000</b>
	Vistas zupa ar nūdelēm	150	4,600	8,200	8,600	127,000
	Cūkgaļas kotlete ar piena mērci ar griķiem **A01, A07	70/40/80	11,000	9,900	26,900	245,000
	Ķīnas kāpostu, burkānu un ābolu salāti	60	0,590	2,360	6,370	46,000
	Rudzu maize **A01	25	1,380	0,300	11,550	54,000
<b>Launags</b>			<b>10,240</b>	<b>10,590</b>	<b>29,330</b>	<b>253,000</b>
	Vārītu dārzeņu salāti ar desu **A07	150	8,560	10,200	14,000	182,000
	Rudzu maize **A01	25	1,380	0,300	11,550	54,000
	Pīpāmētru tēja ar cukuru	150	0,300	0,090	3,780	17,000
<b>Ceturtdiena 16.09.2021</b>			<b>40,600</b>	<b>44,410</b>	<b>118,360</b>	<b>1 033,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>7,740</b>	<b>11,680</b>	<b>30,030</b>	<b>255,000</b>
	Sviestmaize ar siera masu **A01,A07	20/15	4,100	5,600	10,300	108,000
	Sviestmaize ar cīsiņu **A01,A07	20/3/25	3,000	5,900	10,300	106,000
	Augļu tēja ar cukuru	150	0,290	0,030	3,930	17,000
	Auglis	50	0,350	0,150	5,500	24,000
<b>Pusdienas</b>			<b>23,620</b>	<b>24,050</b>	<b>65,730</b>	<b>573,000</b>

Dzelteno zirņu zupa	150	5,100	5,200	16,800	134,000
Dārzeņu un gaļas sautējums mājas gaumē	180	16,400	15,500	35,800	348,000
Pikantie biešu un gurķu salāti	60	0,740	3,050	1,580	37,000
Saldskābmaize **A01	25	1,380	0,300	11,550	54,000
<b>Launags</b>		<b>9,240</b>	<b>8,680</b>	<b>22,600</b>	<b>205,000</b>
Biezpiena plācenīši ar ievārījumu **A01,A03,A07	75/7	8,940	8,590	18,820	188,000
Tēja ar cukuru	150	0,300	0,090	3,780	17,000
<b>Piektdiena 17.09.2021</b>		<b>35,730</b>	<b>32,320</b>	<b>125,230</b>	<b>934,000</b>
<b>Brokastis</b>		<b>10,090</b>	<b>12,590</b>	<b>33,010</b>	<b>286,000</b>
Mannas biezputra ar sviestu **A01,A07	150/8	5,100	9,100	19,400	180,000
Sviestmaize ar biezpienu **A01,A07	20/26	4,690	3,400	9,830	89,000
Piparmētru tēja ar cukuru	150	0,300	0,090	3,780	17,000
<b>Pusdienas</b>		<b>16,580</b>	<b>14,300</b>	<b>57,450</b>	<b>424,000</b>
Biešu zupa ar gaļu un krējumu	150	5,100	5,200	16,800	134,000
Smalcinātas baltās zivs filejas kotlete ar piena mērci un vārītiem kartupeļiem	70/30/100	9,600	6,600	28,000	210,000
Dažādu dārzeņu salāti	50	0,500	2,200	1,100	26,000
Rudzu maize **A01	25	1,380	0,300	11,550	54,000
<b>Launags</b>		<b>9,060</b>	<b>5,430</b>	<b>34,770</b>	<b>224,000</b>
Makaroni ar sieru **A01,A07	100/15	8,640	5,320	30,240	203,000
Svaigs gurķis	25	0,130	0,080	0,600	4,000
Sulas dzēriens	150	0,290	0,030	3,930	17,000

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) .