

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena 23.11.2020</b>			<b>42,490</b>	<b>47,730</b>	<b>133,960</b>	<b>1 128,000</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	23/10	4,100	6,020	10,400	111,000
	Kakao	120	2,090	1,890	7,790	57,000
<b>Pusdienas</b>			<b>21,360</b>	<b>24,550</b>	<b>70,910</b>	<b>591,000</b>
	Vistas gaļas zupa ar krējumu **A07	150	2,400	4,700	10,800	98,000
	Maltā gaļa mērcē **A01	80	11,500	15,500	5,600	208,000
	Vārti makaroni **A01	100	4,920	9,720	30,240	147,000
	Sakņu dārzeņu 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>11,540</b>	<b>13,270</b>	<b>23,260</b>	<b>259,000</b>
	Rauga pankūkas ar ievārījumu **A01,A07	100/10	8,720	10,770	18,530	206,000
	Piens, 2.5% **A07	100	2,820	2,500	4,730	53,000
<b>Otrdiena 24.11.2020</b>			<b>39,020</b>	<b>38,470</b>	<b>130,530</b>	<b>1 019,000</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 vistas gaļu **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>18,840</b>	<b>19,460</b>	<b>55,710</b>	<b>471,000</b>
	Siera-dārzeņu zupa **A07	150/5	3,660	3,650	14,100	104,000
	Cepta vistas fileja **A01,A03,A07	70	10,410	9,240	4,980	145,000
	Kartupeļu biezenis **A07	100	2,230	3,040	16,900	101,000
	Ķīnas kāpostu salāti ar burkāniem un zaļumiem	60	0,740	3,050	1,580	37,000
	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 25.11.2020</b>			<b>40,420</b>	<b>48,050</b>	<b>123,820</b>	<b>1 090,000</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>18,470</b>	<b>19,660</b>	<b>54,520</b>	<b>470,000</b>
	Zivju zupa **A07	150/5	5,500	7,100	9,700	125,000
	Cūkgaļas stroganovs ar griķiem **A01, A03;A07	80/100	11,000	9,900	26,900	245,000
	Svaigu kāpostu-burkānu 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>
	Kartupeļu un gaļas salāti **A07	150	8,560	10,200	14,000	182,000
	Rudzu maize **A01	25	1,380	0,300	11,550	54,000
	Piparmētru tēja ar cukuru	150	0,300	0,090	3,780	17,000
<b>Ceturtdiena 26.11.2020</b>			<b>34,380</b>	<b>37,180</b>	<b>110,160</b>	<b>911,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>6,640</b>	<b>9,480</b>	<b>29,830</b>	<b>230,000</b>
	Sviestmaize ar sieru **A01,A07	20/4/20	4,100	5,600	10,300	108,000
	Sviestmaize ar gurķi **A01,A07	20/4/20	1,900	3,700	10,100	81,000
	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>15,420</b>	<b>16,110</b>	<b>55,830</b>	<b>430,000</b>

	Biešu zupa ar gaļu un krējumu **A07	150/5/5	3,700	6,160	14,700	129,000
	Vistas gaļas plovs	140	9,600	6,600	28,000	210,000
	Balto redīsu-ķirbju 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>12,320</b>	<b>11,590</b>	<b>24,500</b>	<b>251,000</b>
	Biezpiena plācenīši ar ievārijumu **A01,A03,A07	75/7	8,940	8,590	18,820	188,000
	Piens, 2.5%	120	3,380	3,000	5,680	63,000
<b>Piektdiena 27.11.2020</b>			<b>36,000</b>	<b>39,740</b>	<b>112,900</b>	<b>970,000</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>16,850</b>	<b>21,720</b>	<b>45,120</b>	<b>460,000</b>
	Cūkgaļas kotlete **A01,A07	60	9,700	14,000	3,900	197,000
	Vārīti kartupeļi	100	2,000	0,250	14,800	70,000
	Piena mērce **A01,A07	40	0,900	1,800	3,100	32,000
	Burkānu salāti ar eļļu **A07	60	0,500	3,110	3,970	46,000
	Dzērveņu uzpūtenis ar pienu **A01	60/100	3,750	2,560	19,350	115,000
<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
	Svaigi tomāti	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) .