

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena 24.02.2020</b>			<b>36,270</b>	<b>39,930</b>	<b>163,850</b>	<b>1 154,890</b>
<b>Brokastis</b>			<b>10,630</b>	<b>10,190</b>	<b>48,600</b>	<b>324,000</b>
	Prosas biezputra ar ievārījumu **A07	120/6	4,440	2,280	30,410	156,000
	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>16,640</b>	<b>18,910</b>	<b>77,850</b>	<b>547,890</b>
	Vistas gaļas zupa ar krējumu **A07	150/5	2,660	3,650	14,100	99,890
	Maltā gaļa mērcē **A01,A07	70	6,590	10,940	10,340	166,000
	Vārti makaroni **A01	100	4,920	0,720	30,240	147,000
	Sakņu dārzeņu salāti	60	0,670	3,120	5,020	51,000
	Rudzu maize, pilngraudu **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>Otrdiena 25.02.2020</b>			<b>40,670</b>	<b>42,100</b>	<b>120,870</b>	<b>1 020,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>8,460</b>	<b>7,870</b>	<b>45,410</b>	<b>283,000</b>
	Kukurūzas putrainu biezputra ar ievārījumu **A01, A07	125/9	2,680	2,890	24,090	133,000
	Sviestmaize ar vistas gaļu **A01, A07	24/14	5,040	4,690	10,470	103,000
	Kumelīšu tēja ar cukuru un pienu	125	0,250	0,080	3,150	14,000
	Auglis	70	0,490	0,210	7,700	33,000
<b>Pusdienas</b>			<b>20,670</b>	<b>20,960</b>	<b>52,200</b>	<b>478,000</b>
	Gulašzupa ar skābo krējumu **A01,A07	130/5	5,500	7,100	9,700	125,000
	Zivju kotletes ar sautētiem risiem ar dārzeņiem **A01, A03;A07	55/130	13,200	11,200	24,580	250,000
	Kāļu salāti ar āboliem un krējumu	60	0,590	2,360	6,370	49,000
	Rudzu maize, pilngraudu **A01	25	1,380	0,300	11,550	54,000
<b>Launags</b>			<b>11,540</b>	<b>13,270</b>	<b>23,260</b>	<b>259,000</b>
	Kartupeļu un biezpiena sacepums ar krējumu **A01,A07	100/10	8,720	10,770	18,530	206,000
	Piens, 2.5%	100	2,820	2,500	4,730	53,000
<b>Trešdiena 26.02.2020</b>			<b>41,150</b>	<b>49,680</b>	<b>118,460</b>	<b>1 082,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>10,530</b>	<b>17,000</b>	<b>40,220</b>	<b>356,000</b>
	Auzu pārslu biezputra ar sviestu **A01,A07	130/9	5,200	10,730	22,150	206,000
	Sviestmaize ar gurķiem un olu **A01,A03,A07	20/3/20	2,920	4,300	10,750	93,000
	Kumelīšu tēja ar cukuru un pienu	150	2,410	1,970	7,320	57,000
<b>Pusdienas</b>			<b>18,460</b>	<b>21,790</b>	<b>49,710</b>	<b>466,000</b>
	Biešu zupa ar gaļu un krējumu **A07	150/5/5	3,700	6,160	14,700	129,000
	Cepta vistas fileja **A01,A03,A07	70	10,410	9,240	4,980	145,000
	Kartupeļu-burkānu 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, pilngraudu **A01	25	1,380	0,300	11,550	54,000
<b>Launags</b>			<b>12,160</b>	<b>10,890</b>	<b>28,530</b>	<b>260,000</b>
	Ābolu un biezpiena sacepums ar krējumu **A01,A03,A07	100/10	9,620	8,640	24,270	213,000
	Piens, 2.5% **A07	90	2,540	2,250	4,260	47,000
<b>Ceturtdiena 27.02.2020</b>			<b>38,200</b>	<b>43,810</b>	<b>128,100</b>	<b>1 054,000</b>
<b>Brokastis</b>			<b>9,700</b>	<b>13,940</b>	<b>46,320</b>	<b>348,000</b>
	Rīsu biezputra ar sviestu **A01,A07	130/7	3,330	7,090	26,330	182,000
	Karstmaize ar sieru **A01,A07	40	5,730	6,670	10,560	125,000
	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>16,180</b>	<b>18,280</b>	<b>57,280</b>	<b>455,000</b>

Siera-dārzeņu zupa **A07	150	3,960	8,090	8,090	120,000
Vistas gaļas plovš	140	9,600	6,600	28,000	210,000
Ķīnas kāpostu salāti ar ķirbi un sēkliņām **A07	60	0,750	3,080	1,940	38,000
Rudzu maize, pilngraudu **A01	25	1,380	0,300	11,550	54,000
Auglis	70	0,490	0,210	7,700	33,000
<b>Launags</b>		<b>12,320</b>	<b>11,590</b>	<b>24,500</b>	<b>251,000</b>
Biezpiena plācenīši ar ķirbjiem un āboliem un 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 28.02.2020</b>		<b>41,420</b>	<b>36,920</b>	<b>132,520</b>	<b>1 027,000</b>
<b>Brokastis</b>		<b>9,960</b>	<b>5,750</b>	<b>42,860</b>	<b>263,000</b>
Mannas biezputra ar āboliem, sviestu **A01,A07	150/8	4,970	2,260	29,250	157,000
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>18,850</b>	<b>22,770</b>	<b>53,900</b>	<b>495,000</b>
Gaļas kotletes **A01,A07	70	11,100	15,300	8,280	215,000
Vārīti kartupeļi ar piena mērci	130/40	3,500	1,800	22,300	119,000
Burkānu-redīsu salāti **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>12,610</b>	<b>8,400</b>	<b>35,760</b>	<b>269,000</b>
Makaroni ar sieru **A01,A07	100/15	8,640	5,320	30,240	203,000
Gurķi, marinēti	25	0,130	0,080	0,600	4,000
Kefirs **A07	120	3,840	3,000	4,920	62,000

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) .