

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 28.01.2019			26,900	30,600	112,000	819,000
Brokastis			5,500	6,800	39,800	243,000
	Četrgraudu biezputra ar ievārījumu **A01,A07	120/10	3,400	2,000	24,000	128,000
	Kviešu maize ar sviestu **A01,A07	20/4	1,900	4,400	10,900	91,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200	0,400	4,900	24,000
Pusdienas			17,400	15,500	41,400	362,000
	Maltās gaļas zupa **A07,A09	150	3,600	4,200	8,800	87,000
	Boloņas mērce **A01,A07	60	7,100	8,100	4,000	117,000
	Vārīti griķi	80	4,100	1,200	18,700	90,000
	Svaigu kāpostu un burkānu salāti ar eļļu	60	1,800	1,800	3,400	37,000
	Rudzu maize **A01	15	0,800	0,200	6,500	31,000
Launags			4,000	8,300	30,800	214,000
	Piena zupa ar nūdelēm **A01,A07	200	2,100	3,300	16,100	103,000
	Kliju maize ar sviestu **A01,A07	20/5	1,700	4,600	9,800	87,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Otrdiena 29.01.2019			38,450	39,900	126,300	1 018,000
Brokastis			12,800	8,200	41,700	292,000
	Mannas biezputra ar sviestu **A01,A07	150/5	5,000	2,900	25,400	148,000
	Rudzu maize ar sviestu un sieru **A01,A07	20/4/20	7,600	5,200	8,800	112,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200	0,100	7,500	32,000
Pusdienas			18,300	21,700	55,800	492,000
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem **A07,A09	150	4,200	5,900	7,800	101,000
	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem **A01,A07	160	11,400	13,800	29,200	287,000
	Burkānu-apelsīnu salāti	60	1,800	1,800	3,400	37,000
	Rudzu maize **A01	15	0,800	0,200	6,500	31,000
	Dzērveņu dzēriens	150	0,100		8,900	36,000
Launags			7,350	10,000	28,800	234,000
	Kartupeļu-biezpiena plācenīši ar krējumu **A07	100/10	7,150	9,600	21,300	200,000
	Liepziedu tēja ar medu	150			2,600	10,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Trešdiena 30.01.2019			29,050	39,800	126,300	981,000
Brokastis			6,100	9,200	44,200	285,000
	Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu **A07	120/10	4,000	4,700	25,800	162,000
	Kviešu maize ar sviestu un gurķi **A01,A07	20/4/20	1,900	4,400	10,900	91,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200	0,100	7,500	32,000
Pusdienas			15,200	20,100	43,500	416,000
	Cūkgaļas stroganovs ar kartupeļiem **A07	170	10,000	15,800	16,700	249,000
	Marinēts gurķis	40	0,400	0,100	1,500	9,000
	Biezpiena saldā masa ar dzērveņu mērci	40/100	4,000	4,000	18,800	127,000
	Rudzu maize **A01	15	0,800	0,200	6,500	31,000
Launags			7,750	10,500	38,600	280,000
	Karstmaize ar sieru **A01,A07	70	7,150	9,600	21,300	200,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200	0,100	7,500	32,000
	Auglis	100	0,400	0,800	9,800	48,000
Ceturtdiena 31.01.2019			37,600	48,600	146,600	1 149,000
Brokastis			7,900	10,300	43,300	297,000
	Kukurūzas biezputra ar ievārījumu **A07	120/10	3,500	3,700	25,200	148,000

	Kviešu sviestmaize ar desu **A01,A07	20/4/20	4,100	6,500	10,600	117,000
	Tēja ar cukuru	150	0,300	0,100	7,500	32,000
Pusdienas			20,000	25,000	64,800	564,000
	Cūkgaļas kotlete **A01,A03	60	10,500	17,500	5,600	222,000
	Vārīti makaroni **A07	100	4,200	2,100	27,900	147,000
	Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu	60	2,400	1,700	4,700	44,000
	Rudzu maize **A01	15	0,800	0,200	6,500	31,000
	Ābolu-kanēļa krēms ar ķīseli	40/120	2,100	3,500	20,100	120,000
Launags			9,700	13,300	38,500	288,000
	Biezās ķirbju pankūkas ar ievārījumu **A01,A03	80/10	5,100	9,500	22,600	196,000
	Kefīrs **A07	150	4,200	3,000	6,100	68,000
	Auglis	100	0,400	0,800	9,800	24,000
Piektdiena 01.02.2019			41,300	43,300	127,500	1 064,000
Brokastis			9,300	9,000	43,200	291,000
	Kukurūzas biezputra ar ievārījumu **A01,A07	120/10	3,500	3,700	25,200	148,000
	Kviešu maize ar biezpiena masu **A01,A07	20/30	4,100	4,200	10,700	97,000
	Kafijas dzēriens ar pienu **A07	150	1,700	1,100	7,300	46,000
Pusdienas			18,400	18,800	59,200	479,000
	Soļanka	40/100	4,000	4,000	18,800	127,000
	Gulaša mērce	60	9,100	12,400	3,300	161,000
	Vārīti rīsi **A07	80	2,700	0,400	27,200	123,000
	Jauktu dārzeņu salāti	60	1,800	1,800	3,400	37,000
	Rudzu maize **A01	15	0,800	0,200	6,500	31,000
Launags			13,600	15,500	25,100	294,000
	Vārīta ola ar zaļajiem zirnīšiem **A03,A07	50/10	6,800	9,800	1,800	123,000
	Kliju maize ar sviestu **A01,A07	20/5	6,300	5,500	10,900	118,000
	Tēja ar cukuru	150	0,300	0,100	7,500	32,000
	Auglis	50	0,200	0,100	4,900	21,000

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) .