

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena 14.01.2019</b>			<b>19,400</b>	<b>25,000</b>	<b>65,300</b>	<b>565,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>19,400</b>	<b>25,000</b>	<b>65,300</b>	<b>565,000</b>
	Biešu zupa ar krējumu **A07	150	3,500	4,500	8,500	89,000
	Malta cūkgaļa saldā krējuma mērcē **A01,A07	80	9,000	16,700	7,500	216,000
	Vārīti griķi	100	5,100	1,500	25,900	138,000
	Ķīnas kāpostu un tomātu salāti	50	0,600	2,000	5,300	42,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu sulas dzēriens	150	0,100		9,400	38,000
<b>Otrdiena 15.01.2019</b>			<b>18,500</b>	<b>22,900</b>	<b>63,600</b>	<b>556,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>18,500</b>	<b>22,900</b>	<b>63,600</b>	<b>556,000</b>
	Cūkgaļas un dārzeņu sautējums	170	10,000	15,800	16,700	270,000
	Marinēts gurķis	50	0,600		4,300	20,000
	Saldskābmaize **A01	20	1,400	0,200	10,800	51,000
	Zemeņu ķīselis ar biezpiena desertu **A07	150/50	6,500	6,900	31,800	215,000
<b>Trešdiena 16.01.2019</b>			<b>23,400</b>	<b>23,400</b>	<b>59,100</b>	<b>542,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>23,400</b>	<b>23,400</b>	<b>59,100</b>	<b>542,000</b>
	Skābētu kāpostu zupa ar krējumu **A07	150	3,500	4,500	8,500	89,000
	Cūkgaļas stroganovs **A01,A07	80	13,100	14,300	3,100	194,000
	Vārīti makaroni **A01	100	4,200	2,100	27,900	147,000
	Biešu salāti ar ķiploku un eļļu	50	0,700	2,000	4,300	39,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
<b>Ceturtdiena 17.01.2019</b>			<b>16,300</b>	<b>21,100</b>	<b>54,600</b>	<b>473,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>16,300</b>	<b>21,100</b>	<b>54,600</b>	<b>473,000</b>
	Cūkgaļas kotlete **A01,A03	70	10,000	16,200	5,600	208,000
	Vārīti kartupeļi ar piena mērci **A01,A07	130/50	4,200	2,100	27,900	147,000
	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	50	0,700	2,500	2,600	36,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Mannas krēms ar sulas mērci **A01,A07	70/100	0,300		9,800	40,000
<b>Piektdiena 18.01.2019</b>			<b>16,100</b>	<b>20,800</b>	<b>67,400</b>	<b>531,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>16,100</b>	<b>20,800</b>	<b>67,400</b>	<b>531,000</b>
	Mājas soļanka **A07	150	3,000	3,600	13,300	98,000
	Vistas gaļas plov	150	11,400	14,800	30,700	302,000
	Burkānu un ābolu salāti	50	0,500	2,100	3,000	42,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Dzērveņu dzēriens	150	0,100		11,700	47,000

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) .