

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 21.01.2019			18,600	21,200	64,900	526,000
Pusdienas			18,600	21,200	64,900	526,000
	Frikadeļu zupa ar skābo krējumu **A03,A07,A09	150	5,500	6,300	10,200	120,000
	Vārīti makaroni ar sieru **A01,A07	100/30	11,100	12,500	27,900	269,000
	Svaigu kāpostu un burkānu salāti ar eļļu	50	0,800	2,100	3,600	37,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Karkadē dzēriens	200	0,100		14,500	58,000
Otrdiena 22.01.2019			21,700	25,500	63,700	576,000
Pusdienas			21,700	25,500	63,700	576,000
	Pupiņu zupa ar krējumu **A07	150	4,400	5,400	12,400	118,000
	Malta cūkgaļa saldā krējuma mērcē **A01,A07	80	10,200	17,200	8,700	232,000
	Vārīti griķi	100	5,100	1,500	25,900	138,000
	Burkānu-ziedkāpostu salāti ar eļļu	50	0,900	1,100	8,000	46,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
Trešdiena 23.01.2019			20,200	25,700	64,800	571,000
Pusdienas			20,200	25,700	64,800	571,000
	Cīsiņi **A01,A03	60	10,000	16,200	5,600	208,000
	Dārzeņu sautējums **A07	130	2,800	2,400	17,800	104,000
	Marinēts gurķis	50	1,500		2,100	14,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Kakao krēms ar ķīseli	50/150	4,800	6,800	30,600	203,000
Ceturtdiena 24.01.2019			19,900	19,500	68,300	529,000
Pusdienas			19,900	19,500	68,300	529,000
	Gurķu zupa **A07,A09	150	2,700	3,300	13,000	93,000
	Cūkgaļas plovš	150	15,300	14,300	31,500	316,000
	Vitamīnu salāti	50	0,700	1,600	3,200	30,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu sulas dzēriens	200	0,100		11,900	48,000
Piektdiena 25.01.2019			27,700	28,200	69,500	643,000
Pusdienas			27,700	28,200	69,500	643,000
	Sautēta vista ar dārzeņiem mērcē **A01,A07	100	16,500	19,900	8,400	279,000
	Vārīti makaroni	100	4,100	1,200	20,700	110,000
	Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu un eļļu	50	0,700	2,900	1,800	36,000
	Upeņu uzpūtenis ar pienu **A01,A07	100/150	5,300	3,900	29,900	176,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000

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) .