

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 26.11.2018			18,000	26,100	68,100	584,000
Pusdienas			18,000	26,100	68,100	584,000
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem **A07,A09	200	4,100	7,200	12,900	137,000
	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem **A01	160	12,000	15,600	28,800	304,000
	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	50	0,700	3,000	3,200	43,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Dzērveņu dzēriens	200	0,100		14,500	58,000
Otrdiena 27.11.2018			20,400	25,500	78,900	637,000
Pusdienas			20,400	25,500	78,900	637,000
	Skābeņu zupa **A01,A03,A07	200	5,000	5,500	14,500	137,000
	Boloņas mērce	80	10,200	17,200	6,700	222,000
	Vārīti rīsi	100	3,300	0,500	34,000	154,000
	Burkānu-balto redīsu salāti	50	0,700	2,000	5,200	42,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu sulas dzēriens dzēriens	200	0,100		9,800	40,000
Trešdiena 28.11.2018			21,900	27,900	74,500	637,000
Pusdienas			21,900	27,900	74,500	637,000
	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem **A01,A07	80	9,900	19,500	7,800	246,000
	Vārīti griķi	100	5,100	1,500	25,900	138,000
	Biešu un marinētu gurķu salāti	50	0,700	1,600	4,300	34,000
	Biezpiena krēms ar ogu ķīseli **A07	50/150	5,100	5,000	27,800	177,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
Ceturtdiena 29.11.2018			21,100	30,100	66,100	619,000
Pusdienas			21,100	30,100	66,100	619,000
	Borščs ar kartupeļiem un krējumu **A07	200	4,200	7,800	24,600	185,000
	Tefteļi mērcē **A01,A03,A07	80	11,400	18,200	9,900	249,000
	Vārīti kartupeļi	130	2,600		19,200	87,000
	Ķīnas kāpostu un svaigu gurķu salāti	50	1,800	3,800	3,700	56,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
Piektdiena 30.11.2018			22,300	19,800	84,800	606,000
Pusdienas			22,300	19,800	84,800	606,000
	Vistas kotlete **A01,A03,A07	70	14,000	9,400	8,200	173,000
	Vārīti rīsi ar piena mērci **A01,A07	100/50	4,200	2,300	37,100	186,000
	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	50	0,700	2,000	2,600	31,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Jogurta krēms ar ogu ķīseli **A07	50/150	2,300	5,800	28,200	174,000

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).