

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena 01.10.2018</b>			<b>26,200</b>	<b>34,700</b>	<b>114,200</b>	<b>874,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>26,200</b>	<b>34,700</b>	<b>114,200</b>	<b>874,000</b>
	Svaigu kāpostu zupa	250	5,100	9,300	16,100	169,000
	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem **A01	220	16,500	21,500	40,000	420,000
	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	50	0,700	3,000	13,100	82,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	145,000
	Karkadē dzēriens	200	0,100		14,500	58,000
<b>Otrdiena 02.10.2018</b>			<b>30,300</b>	<b>36,700</b>	<b>101,800</b>	<b>859,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>30,300</b>	<b>36,700</b>	<b>101,800</b>	<b>859,000</b>
	Zirņu zupa	250	5,100	9,300	16,100	169,000
	Cūkgaļas un dārzeņu sautējums **A01	220	16,500	23,500	44,000	454,000
	Marinēts gurķis	50	0,700		5,100	23,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	145,000
	Kefirs	150	4,200	3,000	6,100	68,000
<b>Trešdiena 03.10.2018</b>			<b>29,700</b>	<b>28,000</b>	<b>122,600</b>	<b>842,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>29,700</b>	<b>28,000</b>	<b>122,600</b>	<b>842,000</b>
	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem **A01,A07	80	9,900	19,500	8,600	262,000
	Vārīti griķi	150	7,700	2,200	38,800	206,000
	Biešu un marinētu gurķu salāti	50	0,700	1,600	4,300	34,000
	Biezpiena krēms ar ogu ķīseli **A07	70/150	7,600	3,800	40,400	195,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	145,000
<b>Ceturtdiena 04.10.2018</b>			<b>27,900</b>	<b>34,200</b>	<b>100,600</b>	<b>847,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>27,900</b>	<b>34,200</b>	<b>100,600</b>	<b>847,000</b>
	Borščs ar kartupeļiem un krējumu **A07	250	6,800	7,100	19,400	195,000
	Tefteli mērcē **A01,A03,A07	80	11,400	19,800	9,900	263,000
	Vārīti kartupeļi **A07	180	3,800	2,600	23,200	131,000
	Ķīnas kāpostu un svaigu gurķu salāti	50	1,800	3,800	3,700	56,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	145,000
	Ābolu sulas dzēriens	200	0,300		13,900	57,000
<b>Piektdiena 05.10.2018</b>			<b>28,000</b>	<b>28,000</b>	<b>124,800</b>	<b>863,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>28,000</b>	<b>28,000</b>	<b>124,800</b>	<b>863,000</b>
	Vistas kotlete **A01,A03,A07	70	14,000	9,500	8,200	174,000
	Vārīti rīsi ar piena mērci **A01,A07	150/50	6,400	7,000	50,100	289,000
	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	50	0,700	2,700	2,600	38,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	145,000
	Jogurta krēms ar ogu ķīseli	60/160	3,100	7,900	33,400	217,000

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) .