

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 07.01.2019			20,300	28,300	88,200	692,000
Pusdienas			20,300	28,300	88,200	692,000
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem **A07,A09	200	4,100	7,200	12,900	137,000
	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem **A01	180	13,500	17,600	32,400	342,000
	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	50	0,700	3,000	13,100	82,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Dzērveņu dzēriens	200	0,100		14,500	58,000
Otrdiena 08.01.2019			25,500	27,000	103,400	767,000
Pusdienas			25,500	27,000	103,400	767,000
	Skābeņu zupa **A01,A03,A07	200	5,000	5,500	14,500	137,000
	Boloņas mērce	100	13,500	18,400	6,700	246,000
	Vārīti rīsi	130	4,300	0,600	44,200	199,000
	Burkānu-balto redīsu salāti	50	0,700	2,000	8,200	54,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Ābolu sulas dzēriens	200	0,100		14,500	58,000
Trešdiena 09.01.2019			26,800	27,300	89,500	710,000
Pusdienas			26,800	27,300	89,500	710,000
	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem **A01,A07	80	9,900	19,500	7,800	246,000
	Vārīti griķi	130	6,700	1,900	31,200	169,000
	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	30,900	188,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
Ceturtdiena 10.01.2019			23,100	30,300	84,700	703,000
Pusdienas			23,100	30,300	84,700	703,000
	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	150	3,800		31,200	140,000
	Ķīnas kāpostu un svaigu gurķu salāti	50	1,800	3,800	3,700	56,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
Piektdiena 11.01.2019			24,300	24,100	106,400	739,000
Pusdienas			24,300	24,100	106,400	739,000
	Vistas kotlete **A01,A03,A07	70	14,000	9,400	8,200	173,000
	Vārīti rīsi ar piena mērci **A01,A07	130/50	5,400	5,900	48,100	267,000
	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	50	0,700	2,500	2,600	36,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Jogurta krēms ar ogu ķīseli **A07	50/150	2,300	5,800	32,200	190,000

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).