

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 12.11.2018			24,200	26,200	91,800	700,000
Pusdienas			24,200	26,200	91,800	700,000
	Frikadeļu zupa ar skābo krējumu **A03,A07,A09	200	7,500	9,300	19,300	191,000
	Vārīti makaroni ar sieru **A01,A07	130/30	13,900	14,300	39,100	341,000
	Svaigu kāpostu-burkānu salāti	50	0,800	2,100	3,600	37,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Karkadē dzēriens	200	0,100		14,500	58,000
Otrdiena 13.11.2018			24,800	27,300	88,500	705,000
Pusdienas			24,800	27,300	88,500	705,000
	Pupiņu zupa ar krējumu **A07	200	7,400	8,200	19,400	185,000
	Malta cūkgaļa saldā krējuma mērcē **A01,A07	80	10,200	17,200	8,700	232,000
	Vārīti kartupeļi	150	3,000		26,200	117,000
	Burkānu-ziedkāpostu salāti ar eļļu	50	0,900	1,100	8,000	46,000
	Rudzu maize **A01	60	3,300	0,800	26,200	125,000
Trešdiena 14.11.2018			31,100	29,100	89,100	743,000
Pusdienas			31,100	29,100	89,100	743,000
	Sautēta vista ar dārzeņiem mērcē **A01,A07	100	16,500	19,900	8,400	279,000
	Vārīti griķi	130	6,700	1,900	33,700	179,000
	Ķīnas kāpostu, gurķu un tomātu	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	35	1,900	0,500	15,300	73,000
Ceturtdiena 15.11.2018			25,300	27,100	101,300	750,000
Pusdienas			25,300	27,100	101,300	750,000
	Gurķu zupa **A07,A09	200	4,900	6,700	20,100	160,000
	Cūkgaļas plovš	200	17,500	18,100	46,000	417,000
	Vitamīnu salāti	50	0,700	1,600	3,200	30,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Ābolu sulas dzēriens	200	0,100		11,900	48,000
	Auglis(apelsīns)	50	0,200	0,200	4,800	22,000
Piektdiena 16.11.2018			22,900	29,400	87,000	704,000
Pusdienas			22,900	29,400	87,000	704,000
	Cīsiņi **A01,A03	60	10,000	16,200	5,600	208,000
	Kartupeļu biezenis **A07	150	3,300	2,100	20,500	114,000
	Sautēti skābētie kāposti	50	1,500	3,500	4,100	54,000
	Rudzu maize **A01	60	3,300	0,800	26,200	125,000
	Kakao krēms ar ķīseli **A07	50/150	4,800	6,800	30,600	203,000

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) .