

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena 14.01.2019</b>			<b>23,200</b>	<b>27,200</b>	<b>90,000</b>	<b>727,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>23,200</b>	<b>27,200</b>	<b>90,000</b>	<b>727,000</b>
	Biešu zupa ar krējumu **A07	200	4,700	6,000	15,400	164,000
	Malta cūkgaļa saldā krējuma mērcē **A01,A07	80	9,000	16,700	7,500	216,000
	Vārīti griķi	130	6,700	1,900	33,700	179,000
	Ķīnas kāpostu un tomātu salāti ar eļļu	50	0,800	2,100	3,600	37,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Ābolu sulas dzēriens	200	0,100		14,500	58,000
<b>Otrdiena 15.01.2019</b>			<b>24,000</b>	<b>29,900</b>	<b>78,200</b>	<b>707,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>24,000</b>	<b>29,900</b>	<b>78,200</b>	<b>707,000</b>
	Cūkgaļas un dārzeņu sautējums	250	14,900	22,700	24,900	392,000
	Marinēts gurķis	50	0,600		5,300	24,000
	Saldskābmaize **A01	30	2,000	0,300	16,200	76,000
	Zemeņu ķīselis ar biezpiena desertu **A07	150/50	6,500	6,900	31,800	215,000
<b>Trešdiena 16.01.2019</b>			<b>27,700</b>	<b>26,100</b>	<b>89,600</b>	<b>735,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>27,700</b>	<b>26,100</b>	<b>89,600</b>	<b>735,000</b>
	Skābētu kāpostu zupa **A07	200	4,700	6,000	15,400	164,000
	Cūkgaļas stroganovs **A01,A07	80	13,100	14,300	3,100	194,000
	Vārīti makaroni **A01	130	5,400	2,800	36,200	191,000
	Biešu salāti ar ķiploku un eļļu	50	0,700	2,000	4,300	39,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	1,000	30,600	147,000
<b>Ceturtdiena 17.01.2019</b>			<b>22,200</b>	<b>28,700</b>	<b>93,700</b>	<b>730,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>22,200</b>	<b>28,700</b>	<b>93,700</b>	<b>730,000</b>
	Cūkgaļas kotlete **A01,A03	70	10,000	16,200	5,600	216,000
	Vārīti kartupeļi ar piena mērci	150/50	5,400	2,800	36,200	192,000
	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
	Mannas krēms ar sulas mērci **A01,A07	70/100	4,200	6,700	34,000	213,000
<b>Piektdiena 18.01.2019</b>			<b>20,000</b>	<b>24,700</b>	<b>92,900</b>	<b>704,000</b>
<b>Pusdienas</b>			<b>20,000</b>	<b>24,700</b>	<b>92,900</b>	<b>704,000</b>
	Mājas soļanka **A01,A07	200	2,200	3,800	14,600	136,000
	Vistas gaļas plov	180	13,700	20,300	36,800	380,000
	Burkānu un ābolu salāti	50	1,200		4,100	21,000
	Rudzu maize **A01	50	2,800	0,600	21,800	104,000
	Dzērveņu dzēriens	200	0,100		15,600	63,000

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) .