

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 07.01.2019			23,500	35,300	100,300	797,000
Pusdienas			23,500	35,300	100,300	797,000
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem **A07,a09	250	5,100	9,300	16,100	171,000
	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem **A01	200	15,000	19,500	36,000	390,000
	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	100	1,400	6,000	13,100	83,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Dzērveņu dzēriens	200	0,100		19,800	80,000
Otrdiena 08.01.2019			29,300	32,900	111,200	807,000
Pusdienas			29,300	32,900	111,200	807,000
	Skābeņu zupa ar olu un krējumu **A01,A03,A07	250	7,100	9,300	16,100	177,000
	Boloņas mērce	100	13,500	18,400	6,700	246,000
	Vārīti rīsi	150	5,000	0,700	51,000	230,000
	Burkānu-balto redīsu salāti	100	1,400	4,000	8,200	24,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Ābolu sulas dzēriens	200	0,400		13,900	57,000
Trešdiena 09.01.2019			26,000	30,400	111,700	805,000
Pusdienas			26,000	30,400	111,700	805,000
	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	100	1,400	3,200	8,600	69,000
	Biezpiena krēms ar ogu ķīseli **A07	50/150	5,100	5,000	40,400	195,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
Ceturtdiena 10.01.2019			28,400	35,700	84,700	799,000
Pusdienas			28,400	35,700	84,700	799,000
	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	26,200	143,000
	Ķīnas kāpostu un svaigu gurķu salāti	100	3,600	5,600	7,400	94,000
	Rudzu maize **A01	50	2,800	0,600	21,800	104,000
Piektdiena 11.01.2019			26,800	29,600	112,200	822,000
Pusdienas			26,800	29,600	112,200	822,000
	Vistas kotlete **A01,A03,A07	70	14,000	9,500	8,200	174,000
	Vārīti makaroni ar piena mērci **A01,A07	150/50	6,400	7,000	50,100	289,000
	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	100	1,400	4,700	5,200	69,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	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) .