

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 09.03.2020			31,260	36,140	105,990	871,000
Pusdienas			31,260	36,140	105,990	871,000
	Vistas gaļas zupa ar krējumu **A07	300/15	7,520	9,160	23,920	204,000
	Malta gaļa mērcē **A01,A07	100	13,700	22,300	9,400	303,000
	Vārīti makaroni **A01	150	7,380	1,080	45,360	219,000
	Sakņu dārzeņu salāti	60	0,670	3,120	5,020	49,000
	Rudzu maize, pilngraudu **A01	35	1,930	0,420	16,170	71,000
	Ābolu sulas dzēriens	150	0,060	0,060	6,120	25,000
Otrdiena 10.03.2020			31,310	36,390	95,800	833,000
Pusdienas			31,310	36,390	95,800	833,000
	Cūkgaļas stroganovs **A01,A07	80	9,900	15,800	2,800	196,000
	Vārīti griķi	150	7,700	2,200	38,800	206,000
	Ķīnas kāpostu salāti ar birtēm	60	0,740	3,050	1,580	37,000
	Biezpiena krēms **A07	100	9,980	14,310	13,190	224,000
	Zemeņu mērce	60	0,360	0,310	12,260	52,000
	Rudzu maize, pilngraudu **A01	35	1,930	0,420	16,170	71,000
	Auglis	100	0,700	0,300	11,000	47,000
Trešdiena 11.03.2020			32,840	35,680	107,040	864,000
Pusdienas			32,840	35,680	107,040	864,000
	Biešu zupa ar gaļu un krējumu **A07	300/19/15	7,750	12,140	28,870	247,000
	Cepta vistas fileja **A01,A03,A07	90	13,380	11,880	6,390	186,000
	Kartupeļu-burkānu biezenis **A07	200	3,700	5,090	28,110	168,000
	Ķīnas kāpostu salāti ar burkāniem un zaļumiem	60	0,740	3,050	1,580	37,000
	Rudzu maize, pilngraudu **A01	35	1,930	0,420	16,170	71,000
	Kefīrs	120	3,840	3,000	4,920	64,000
	Banāni	100	1,500	0,100	21,000	91,000
Ceturtdiena 12.03.2020			31,420	34,620	109,270	868,000
Pusdienas			31,420	34,620	109,270	868,000
	Siera-dārzeņu zupa **A07	300	7,920	16,180	21,420	263,000
	Vistas gaļas plovs	250	17,340	11,940	50,540	379,000
	Ķīnas kāpostu salāti ar ķirbi un sēkliņām	60	0,750	3,080	1,940	37,000
	Rudzu maize, pilngraudu **A01	35	1,930	0,420	16,170	71,000
	Jogurts ar augļu/ogu piedevu, 2.5% **A07	120	3,480	3,000	19,200	118,000
Piektdiena 13.03.2020			29,390	32,980	96,730	802,000
Pusdienas			29,390	32,980	96,730	802,000
	Gaļas kotletes **A01,A07	110	16,570	24,050	12,990	332,000
	Vārīti kartupeļi ar piena mērci **A01,A07	200/40	4,900	1,800	32,700	180,000
	Burkānu-redīsu salāti	60	0,500	3,110	3,970	44,000
	Dzērveņu uzpūtenis ar pienu **A01,A07	100/140	5,490	3,600	30,900	175,000
	Rudzu maize, pilngraudu **A01	35	1,930	0,420	16,170	71,000

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) .