

PIRMDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerģ.	Gat.sv	Olbāl.	Tauki	Ogļhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerģ.	Gat.sv	Olbāl.	Tauki	Ogļhi	Kalor
P1 Vistas šķiņķītis, krāsni cepts	3,10	60	15.8	12.7	12.6	218							
P2 Vārti kartupeļi		160	3.1	0.3	30.0	128							
P3 Burkāni ar sēkliņām un majonēzi	3,10	70	1.9	9.4	3.7	107							
P4 Dzeramais ūdens		200	0.0	0.0	0.0	0							
P5 Rudzu maize	1	40	2.2	0.5	16.4	90							
P6 Mafini	1	40	3.6	8.4	9.3	128							
P7 Bumbieri		80	0.3	0.1	7.7	34							
C Skolas Piens	7	250											
PIEVIENTAIS SĀLS 0.3 grami		DĀRZENI 56.6 grami					KOPĀ:						
PIEVIENTAIS CUKURS 0 grami		KARTUPEĻI 166.4 grami					BIEZPIENS, SIERS grami						
AUGĻI un OGAS 80 grami		PIENS, skābie produkti 0 grami					GALA, ZIVIS 62 grami						
							Skolas piens 250 grami						
									26.9	30.0	79.4	705	

OTRDIENA

[illegible]

TRĒŠDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerģ.	Gat.sv.	Olbāl.	Tauki	Ogļi	Kalor.	Ēdiena nosaukums	Alerģ.	Gat.sv.	Olbāl.	Tauki	Ogļi	Kalor.
P1 Vistas fileja cepta	1,3,7	60	14,0	11,2	14,5	174							
P2 Kartupeļu biezenis	7	150	3,2	6,5	24,5	228							
P3 Kāpostu- sv.gurķu salāti ar dillēm		70	0,7	3,6	2,2	48							
P4 Baltmaize	1	40	3,2	0,4	19,6	94							
P5 Citronu ūdens		200	0,1	0,0	0,3	3							
P6 Cepumi		50	3,6	7,4	34,0	218							
C1 Skolas piens	7	250											
PIEVIENTAIS SĀLS 0,61 grami	DĀRZENI 70,4 grami						KOPĀ:						
PIEVIENTAIS ČUKURS 0,15 grami	KARTUPEĻI 129 grami						BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
AUGĻI un OGAS 15 grami	PIENS, skābie produkti 33,1 grami						GALA, ZIVIS 60 grami						
							Skolas piens 250 grami						
									25,2	25,1	86,8	728	

CETURTDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerģ.	Gat sv	Olbāl	Tauki	Ogļhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerģ.	Gat sv	Olbāl	Tauki	Ogļhi	Kalor
P1 Pupiņu zupa ar gaļu/krējums	7	200/10	6.2	7.1	17.5	164							
P2 Cisiņi vārīti		60	7.2	15.5	1.0	173							
P3 Vārīti kartupeļi		150	2.9	0.3	28.1	120							
P4 Piena mērce	1,7	50	1.6	3.4	4.7	56							
P5 Ķīnas kāpostu- tomātu salāti ar eļļu		70	1.5	5.1	2.2	62							
P6 Baltmaize	1	50	4.0	0.4	24.4	118							
P7 Jogurts	7	150	3.8	4.5	21.0	140							
C Skolas auglis		100											
PIEVENOTĀIS SĀLS 1.1 grami PIEVENOTĀIS CUKURS 0.1 grami AUGLI un OGAS 0 grami	DĀRZENI 107.5 grami KARTUPEĻI 193.5 grami PIENS, skābie produkti 201.7 grami	KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GALA, ZIVIS 25 grami Skolas piens 100 grami						27.3	36.5	107.0	851		

PIEKTDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerģ.	Gat sv	Olbai	Tauki	Ogļi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerģ.	Gat sv	Olbai	Tauki	Ogļi	Kalor
P1 Piena zupa ar makaroniem	7	200	5.6	3.2	25.5	152							
P2 Makaroni ar gaļu	1	200	20.0	14.3	58.3	452							
P3 Burkānu- redīsu salāti ar eļļu		70	0.7	5.1	3.2	62							
P4 Rudzu maize	1	40	2.2	0.5	16.4	90							
P5 Tēja Augļu		200	0.0	0.0	0.0	0							
P6 Banāni (auglis)		50	0.3	0.2	8.0	38							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.1 grami PIEVIENOTAIS ČUKURS 5 grami AUGLI un OGAS 80.3 grami PIEVIENOTAIS SĀLS 4.35 grami PIEVIENOTAIS ČUKURS 5.65 grami AUGLI un OGAS 185.3 grami	DĀRZENI 128.2 grami KARTUPELI 0 grami PIENS, skābie produkti: 150 grami DĀRZENI 510.3 grami KARTUPELI 563.6 grami PIENS, skābie produkti: 409.7 grami	KOPA:							28.8	23.2	111.4	794	
		BIEZPIENS, SIERS 0 grami GALA, ZIVIS 40 grami							Skolas piens 0 grami				
		BIEZPIENS, SIERS 0 grami GALA, ZIVIS 266.5 grami							Skolas augļi 200 grami Skolas piens 500 grami				

Saskanots: visp.aprūpes māsa. I.Oliševska