

SIA "CNC"

Vadītāja: K. Holopova

Apstiprinu: Daugavpils Vienības pamatskolas

direktore R. Anspoka

ĒDIENKARTE 2.1 Nedēļa/5-9kl

16.02.2026.-20.02.2026

PIRMDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerģ	Gat. sv	Olbāl	Tauki	Ogļhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerģ	Gat. sv	Olbāl	Tauki	Ogļhi	Kalor	
P1 Dārzenu zupa ar vistas gaļu /krējums	7	200/10	2.9	4.6	9.6	199								
P2 Sautēta cūkgala baltā mērce	1,7	120	10.7	14.6	6.3	208								
P3 Vārīti griķi		150	5.3	0.9	43.6	206								
P4 Tomāti svaigi		30	0.3	0.0	1.0	6								
P5 Rudzu maize		20	1.1	0.3	8.2	45								
P6 Kompots - ābolu	1	200	0.2	0.0	6.0	25								
P7 Cepumi	1	30	1.8	3.7	17	109								
C Skolas Piens	?	250												
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.86 grami PIEVIENOTAIS ČUKURS 5 grami AUGLI un OGAS 16.56 grami		DĀRZENI 76.3 grami KARTUPELI 41 grami PIENS, skābie produkti 65 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GALA, ZIVIS 54.5 grami							
													22.8 24.1 91.4 772	
													Skolas piens 250 grami	

OTRDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerģ	Gat. sv	Olbāl	Tauki	Ogļhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerģ	Gat. sv	Olbāl	Tauki	Ogļhi	Kalor	
P1 Cūkgalas kotlete		80	11.3	11.4	4.8	167								
P2 Vārīti kartupeļi		150	2.9	0.3	28.1	120								
P3 Kāposti ar gurķiem un tomātiem		70	1.4	3.9	2.3	51								
P4 Piens mērce	1,7	50	1.8	2.1	4.6	45								
P5 Graudu maize	1	20	2.2	0.7	8.4	51								
P6 Tēja karkade		200	0.1	0.1	2.0	21								
P7 Auzu cepumi	1,3,7	45	8.9	9.0	46.2	234								
P8 Banāni (auglis)		60	0.2	0.1	7.0	28								
C Skolas Auglis		100												
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.8 grami PIEVIENOTAIS ČUKURS 9.32 grami AUGLI un OGAS 60 grami		DĀRZENI 68.17 grami KARTUPELI 182 grami PIENS, skābie produkti 83.1 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GALA, ZIVIS 60 grami							
													28.8 29.7 103.4 718	
													Skolas auglis 100 grami	

TREŠDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerģ	Gat. sv	Olbāl	Tauki	Ogļhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerģ	Gat. sv	Olbāl	Tauki	Ogļhi	Kalor	
P1 Biešu zupa/krējums	7	200/10	1.6	8.4	17.9	164								
P2 Makaroni ar maīto gaļu	1	200	15.5	14.1	38.8	357								
P3 Redīsu-burkānu salāti ar krējumu	7	70	0.9	1.7	3.0	38								
P4 Rudzu maize	1	40	2.2	0.5	16.4	90								
P5 Kompots - ābolu/dzērvenju		200	0.1	0.0	7.5	32								
C Skolas piens	?	250												
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.1 grami PIEVIENOTAIS ČUKURS 6 grami AUGLI un OGAS 28 grami		DĀRZENI 185.1 grami KARTUPELI 27.3 grami PIENS, skābie produkti 18 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GALA, ZIVIS 50 grami							
													20.8 23.7 79.3 704	
													Skolas piens 250 grami	

CETURTDIENA

Ēdiena nosaukums	Alerģ	Gat. sv	Olbāl	Tauki	Ogļhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerģ	Gat. sv	Olbāl	Tauki	Ogļhi	Kalor	
P1 Cūkgalas karbonāde	1,3	60	14.2	12.2	4.1	197								
P2 Kartupeļu biezenis	7	200	4.4	5.2	32.9	189								
P3 Kāpostu salāti ar tomātiem		70	0.7	5.2	2.8	67								
P4 Baltmaize	1	40	3.2	0.4	19.6	94								
P5 Citronu dzēriens		200	0.0	0.0	1.1	5								
P6 Kukurūzas pārslas ar jogurtu	?	30/100	4.5	5.3	20.3	149								
C Skolas Auglis		100												
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.6 grami PIEVIENOTAIS ČUKURS 2.5 grami AUGLI un OGAS 5 grami		DĀRZENI 70.1 grami KARTUPELI 172 grami PIENS, skābie produkti 145 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GALA, ZIVIS 60 grami							
													27.0 28.4 80.7 701	
													Skolas auglis 100 grami	

PIEKTDIENA

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	7.0	8.5	19.3	185								
P2 Plovs ar cūkgalu		250	16.5	14.4	47.1	384								
P3 Burkāni ar ķiploku un krējumu	7	70	0.8	1.7	4.1	43								
P4 Rudzu maize	1	40	2.2	0.5	16.4	90								
P5 Tēja karkade		200	0.0	0.0	3.9	16								
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.01 grami PIEVIENOTAIS ČUKURS 4 grami AUGLI un OGAS 0 grami		DĀRZENI 142.6 grami KARTUPELI 40 grami PIENS, skābie produkti 18.25 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GALA, ZIVIS 82.1 grami							
													26.6 25.1 90.7 718	
													Skolas piens 0 grami	
													Skolas auglis 200 grami Skolas piens 500 grami	

Saskaņots: visp.aprūpes māsa. I. Oliševska