

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 24.09.2018						
Brokastis						
		0				
		0				
		0				
Pusdienas						
		0				
		0				
		0				
		0				
		0				
Launags						
		0				
		0				
Otrdiena 25.09.2018						
Brokastis						
			39,400	38,800	130,100	1 026,000
			9,700	10,000	33,700	264,000
	Mannas biežputra ar sviestu **A01,A07	100/4	3,600	2,700	15,700	102,000
	Rudzu maize ar sviestu un sieru **A01,A07	20/4/20	6,000	7,200	13,000	141,000
	Tēja ar cukuru	100	0,100	0,100	5,000	21,000
Pusdienas						
			22,600	21,200	67,200	549,000
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem **A09	150	4,000	3,100	10,100	84,000
	Cīsiņi "Tīģeīši" ar piena mērci **A01,A07	60/40	12,700	11,900	12,600	208,000
	Vārīti griķi	80	3,800	1,800	25,900	135,000
	Svaigu kāpostu, puravu un ābolu salāti	50	0,800	4,000	4,000	55,000
	Saldskābmaize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Dzērveņu dzēriens	100	0,200	0,100	5,900	25,000
Launags						
			7,100	7,600	29,200	213,000
		0				
	Kartupeļu-biezpiena plācenīši ar krējumu **A07	80/10	6,400	6,600	16,300	150,000
	Liepziedu tēja ar medu	100	0,500	0,600	8,000	39,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Trešdiena 26.09.2018						
Brokastis						
			5,100	7,600	38,000	241,000
	Rīsu biežputra ar ievārījumu **A07	100/10	3,100	3,100	22,100	129,000
	Kviešu maize ar sviestu un tomātu **A01,A07	20/4/20	1,900	4,400	10,900	91,000
	Tēja ar cukuru	100	0,100	0,100	5,000	21,000
Pusdienas						
			20,800	19,600	60,300	501,000
	Veģetārā pupiņu zupa ar krējumu **A07,A09	150	3,800	2,100	11,800	81,000
	Cepta zivs fileja ar piena mērci **A01,A07	50/40	13,200	14,100	15,000	240,000
	Vārīti kartupeļi	100	2,000		15,200	69,000
	Burkānu salāti	50	0,600	3,000	3,500	43,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Rabarberu-ābolu kompots	100	0,100	0,100	6,100	26,000
Launags						
			11,900	8,200	34,900	261,000
	Piena zupa ar nūdelēm **A07	200	5,400	3,300	19,100	128,000
	Kliju maize ar sviestu **A01,A07	20/5	6,300	4,500	10,900	109,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Ceturtdiena 27.09.2018						
Brokastis						
			11,900	12,600	33,500	295,000

Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu **A07	100/10	3,600	3,200	17,400	113,000
Kviešu sviestmaize ar desu **A01,A07	20/4/20	8,200	9,300	11,100	161,000
Tēja ar cukuru	100	0,100	0,100	5,000	21,000
Pusdienas		16,800	17,400	57,000	452,000
Mājas solanka ar krējumu **A07	130	3,600	3,200	6,800	70,000
Makaroni ar gaļu un dārzeņiem **A01	130	11,400	12,800	29,200	278,000
Biešu-ābolu salāti	50	0,600	1,100	6,400	38,000
Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
Dzērveņu dzēriens	100	0,100		5,900	24,000
Launags		9,540	8,740	49,630	316,000
Biezās ķirbju pankūkas ar ievārījumu **A01,A03	100/15	6,540	6,340	40,630	246,000
Kefīrs	100	2,800	2,000	4,100	46,000
Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Piektdiena 28.09.2018		42,030	38,440	124,900	1 015,000
Brokastis		13,510	12,700	33,600	303,000
Kukurūzas biezputra ar ievārījumu **A01,A07	100/10	3,100	3,500	15,500	106,000
Kviešu maize ar biezpiena masu **A01,A07	20/30	8,200	7,300	10,900	142,000
Kafijas dzēriens ar pienu **A07	100	2,210	1,900	7,200	55,000
Pusdienas		20,200	17,600	64,500	497,000
Borščs ar kartupeļiem un krējumu **A07	150	2,100	3,500	12,100	88,000
Gaļas veltnītis ar ķīmenēm	60	11,200	10,400	10,500	180,000
Kartupeļu biezenis **A07	100	3,200	1,600	20,800	110,000
Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu	50	2,400	1,700	4,700	44,000
Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
Ābolu-ķiršu dzēriens	100	0,200	0,100	7,700	33,000
Launags		8,320	8,140	26,800	215,000
Omlete ar zaļajiem zirnīšiem **A03,A07	60/10	6,600	7,700	6,300	121,000
Rudzu maize **A01	20	1,220	0,240	8,200	40,000
Tēja ar cukuru	100	0,300	0,100	7,600	33,000
Auglis	50	0,200	0,100	4,700	21,000

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) .