

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olīv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 23.11.2020			18,100	23,800	63,500	559,000
Pusdienas			18,100	23,800	63,500	559,000
	Mājas solanka **A07	200	4,400	7,200	9,900	130,000
	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem **A01	150	11,500	13,300	28,600	287,000
	Burkānu salāti ar eļļu	70	0,800	2,900	7,400	62,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Dzērveņu dzēriens	200	0,300	0,100	8,900	38,000
Otrdiena 24.11.2020			20,300	27,500	55,600	564,000
Pusdienas			20,300	27,500	55,600	564,000
	Pomidorowka **A01 <i>Biešu zupa</i>	200	7,400	10,900	5,400	149,000
	Slinkie kāpostu tīteņi ar krējumu **A07	180/10	11,400	16,200	29,700	323,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu sulas dzēriens	200	0,400	0,100	11,800	50,000
Trešdiena 25.11.2020			19,100	28,700	61,200	598,000
Pusdienas			19,100	28,700	61,200	598,000
	Biešu zupa ar gaļu un krējumu **A07,A09 <i>Rīsu fonētu zupa</i>	200	3,400	6,600	13,900	129,000
	Gaļas veltnītis ar ķimenēm **A01,A03	70	11,000	17,200	5,400	238,000
	Kartupeļu biezenis **A07	130	2,800	2,400	17,800	104,000
	Svaigu kāpostu-burkānu salāti	70	0,400	2,100	3,600	35,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu-ķiršu dzēriens	200	0,400	0,100	11,800	50,000
Ceturtdiena 26.11.2020			19,100	24,600	77,400	612,000
Pusdienas			19,100	24,600	77,400	612,000
	Skābētu kāpostu zupa ar gaļu un krējumu **A01,A07	200	3,400	5,600	10,000	108,000
	Vistas gaļa karija mērcē **A01,A07	80	9,900	15,200	6,300	202,000
	Vārīti rīsi	100	3,300	0,500	34,000	154,000
	Biešu salāti ar eļļu	70	1,000	2,900	6,000	54,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Upeņu dzēriens	200	0,400	0,100	12,400	52,000
Piektdiena 27.11.2020			21,500	24,800	66,500	583,000
Pusdienas			21,500	24,800	66,500	583,000
	Pupiņu zupa ar gaļu un krējumu **A07,A09	200	6,400	8,100	13,300	160,000
	Zivju kotlete ar piena mērci **A01,A03,A07	70/50	10,200	12,600	9,400	192,000
	Vārīti kartupeļi	130	2,600		19,200	87,000
	Jauktu dārzeņu salāti	70	1,000	3,600	3,700	51,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Rabarberu-ābolu kompots	200	0,200	0,200	12,200	51,000

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).

Saskaņots
Skolas medmāsa J. Podgornaja

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 23.11.2020			23,800	30,000	82,100	716,000
Pusdienas			23,800	30,000	82,100	716,000
	Mājas solanka **A07,A09	250	5,500	8,700	12,500	160,000
	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem **A01	200	15,300	17,800	38,000	383,000
	Burkānu salāti ar eļļu	70	0,800	2,900	7,400	62,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Dzērveņu dzēriens	200	0,300	0,100	8,900	38,000
Otrdiena 24.11.2020			24,200	30,000	80,800	700,000
Pusdienas			24,200	30,000	80,800	700,000
	Pomidorovka <i>Biešu zupa</i>	200	7,400	10,900	5,400	149,000
	Slinkie kāpostu tīteņi ar krējumu **A07	200/15	12,600	18,000	33,000	354,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	1,000	30,600	147,000
	Ābolu sulas dzēriens	200	0,400	0,100	11,800	50,000
Trešdiena 25.11.2020			22,800	30,800	90,000	740,000
Pusdienas			22,800	30,800	90,000	740,000
	Biešu zupa ar gaļu un krējumu <i>Biešu tuniņa zupa</i>	250	3,900	7,600	17,500	160,000
	**A07,A09					
	Gaļas veltnītis ar ķīmenēm **A01,A03	70	11,000	17,200	5,400	220,000
	Kartupeļu biezenis **A07	150	3,300	2,800	20,500	124,000
	Svaigu kāpostu un burkānu salāti	70	0,400	2,100	4,200	39,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	1,000	30,600	147,000
	Ābolu-ķiršu dzēriens	200	0,400	0,100	11,800	50,000
Ceturtdiena 26.11.2020			22,100	25,800	107,000	750,000
Pusdienas			22,100	25,800	107,000	750,000
	Skābētu kāpostu zupa ar gaļu un krējumu **A01,A07	250	3,900	6,400	12,600	126,000
	Vistas gaļa karija mērcē **A01,A07	80	9,900	15,200	6,300	201,000
	Vārīti rīsi	150	5,000	0,700	51,000	230,000
	Biešu salāti ar eļļu	70	1,000	2,900	6,000	54,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Upeņu dzēriens	200	0,400	0,100	15,800	66,000
Piektdiena 27.11.2020			24,200	24,400	92,600	729,000
Pusdienas			24,200	24,400	92,600	729,000
	Pupiņu zupa ar gaļu un krējumu **A07,A09	200	5,400	7,000	9,700	160,000
	Zivju kotlete ar piena mērci **A01,A03,A07	70/50	10,200	12,600	9,400	192,000
	Vārīti kartupeļi	180	3,600		26,600	126,000
	Jauktu dārzeņu salāti	70	1,000	3,600	3,700	51,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	1,000	30,600	147,000
	Rabarberu-ābolu kompots	200	0,200	0,200	12,600	53,000

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).

Saskaņots
Skolas medmāsa J. Pudysina

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 23.11.2020			9,600	11,300	38,800	296,000
Launags			9,600	11,300	38,800	296,000
	Piena zupa ar griķiem **A01,A07	250	5,600	6,000	16,800	144,000
	Cepumi	40	4,000	5,300	22,000	152,000
Otrdiena 24.11.2020			12,600	10,700	37,500	297,000
Launags			12,600	10,700	37,500	297,000
	Biezpiena sacepums ar krējumu **A01,A03,A07	120/10	12,300	10,600	27,500	255,000
	Tēja ar cukuru	200	0,300	0,100	10,000	42,000
Trešdiena 25.11.2020			13,600	12,600	31,300	303,000
Launags			13,600	12,600	31,300	303,000
	Omlete ar zaļiem zirņiem **A01,A03,A07	100/20	11,100	11,900	3,900	177,000
	Graudu maize **A01	40	2,200	0,600	17,400	84,000
	Tēja ar cukuru	200	0,300	0,100	10,000	42,000
Ceturtdiena 26.11.2020			7,800	9,000	35,400	258,000
Launags			7,800	9,000	35,400	258,000
	Karstmaize ar siera masu **A01,A03,A07	60	7,300	8,800	20,700	195,000
	Auglis	50	0,200	0,100	4,700	21,000
	Tēja ar cukuru	200	0,300	0,100	10,000	42,000
Piektdiena 27.11.2020			9,200	10,500	52,600	346,000
Launags			9,200	10,500	52,600	346,000
	Smalkmaizīte **A01,A07	60	5,200	7,200	36,100	234,000
	Kakao ar pienu	200	3,800	3,200	11,800	91,000
	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).

Saskatots
Skolas medmāsa I. Podgornaya