

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 28.12.2020			33,800	31,600	154,800	1 058,000
Brokastis			7,200	9,000	43,100	282,000
	Kukurūzas biezputra ar ievārījumu **A07	120/10	3,500	3,700	25,200	148,000
	Kviešu maize ar sviestu un olu **A01, A03;A07	20/4/15	3,500	5,300	10,400	103,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200		7,500	31,000
Pusdienas			20,400	19,800	61,200	524,000
	Gurķu zupa ar putrainiem un krējumu **A01,A07	150	2,900	3,700	12,900	102,000
	Boloņas mērce ar griķiem **A07	80/80	15,700	13,300	26,600	303,000
	Svaigu burkānu salāti ar eļļu	60	0,700	2,500	6,400	51,000
	Rudzu maize **A01	15	0,800	0,200	6,500	31,000
	Dzērveņu dzēriens	150	0,300	0,100	8,800	37,000
Launags			6,200	2,800	50,500	252,000
	Debesmanna ar pienu **A01,A07	100/100	5,400	2,700	40,000	206,000
	Banāns	50	0,800	0,100	10,500	46,000
Otrdiena 29.12.2020			39,300	42,400	145,700	1 123,000
Brokastis			9,200	8,600	43,400	288,000
	Mannas biezputra ar ievārījumu **A01,A07	150/10	5,000	2,900	25,400	148,000
	Kviešu maize ar skolas desu **A01,A07	20/4/20	4,000	5,700	10,500	109,000
	Tēja ar cukuru	150	0,200		7,500	31,000
Pusdienas			20,200	24,300	55,300	522,000
	Siera dārzeņu zupa **A07	150	5,200	5,600	11,100	116,000
	Vistas gaļas plov	130	13,300	15,400	23,000	284,000
	Jauktu dārzeņu salāti	60	0,700	3,100	2,200	40,000
	Rudzu maize **A01	15	0,800	0,200	6,500	31,000
	Ābolu-ķiršu dzēriens	150	0,200		12,500	51,000
Launags			9,900	9,500	47,000	313,000
	Cepti kartupeli ar biezpienu un krējumu **A07	130/30/10	7,900	9,000	20,000	193,000
	Kliju maize **A01	20	1,600	0,200	10,000	48,000
	Piparmētru tēja ar cukuru	150			7,500	30,000
	Auglis(ābols)	100	0,400	0,300	9,500	42,000
Trešdiena 30.12.2020			37,600	40,000	131,100	1 035,000
Brokastis			8,900	12,100	41,400	311,000
	Miežu putrainu biezputra ar sviestu **A01,A07	120/5	5,500	6,600	24,300	179,000
	Graudu maize ar sviestu **A01,A07	25	1,700	4,400	9,800	86,000
	Kafijas dzēriens ar pienu **A07	150	1,700	1,100	7,300	46,000
Pusdienas			17,600	23,700	51,400	489,000
	Biešu zupa ar gaļu un krējumu **A07	150	3,000	5,600	10,300	104,000
	Cūkgaļas stroganovs **A01,A07	80	9,900	15,500	2,800	190,000
	Vārīti kartupeli	130	2,600		19,200	87,000
	Svaigu kāpostu salāti ar zaļumiem un eļļu	60	1,100	2,400	4,000	42,000
	Rudzu maize **A01	15	0,800	0,200	6,500	31,000
	"Rāmkalnu" dzēriens	150	0,200		8,600	35,000
Launags			11,100	4,200	38,300	235,000
	Biezpiena saldā masa **A07	70	9,100	3,700	11,300	115,000
	Kliju maize **A01	20	1,600	0,200	10,000	48,000
	Piparmētru tēja ar cukuru	150			7,500	30,000
	Auglis(bumbieris)	100	0,400	0,300	9,500	42,000
Ceturtdiena 31.12.2020						
Brokastis						
		0				

	0				
	0				
Pusdienas					
	0				
	0				
	0				
	0				
	0				
	0				
Launags					
	0				
	0				
	0				
	0				
Piektdiena 01.01.2021					
Brokastis					
	0				
	0				
	0				
Pusdienas					
	0				
	0				
	0				
	0				
	0				
	0				
Launags					
	0				
	0				
	0				

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