

# Rīgas I.Kozakevičas poļu vidusskola

1.-6.klases

08.-12.03.; 22.-26.03.

7.-9.klases

01.03.-12.03.

| 10 dienas                                   | Daudzums 1 bērnam dienā, g |      | Uzturvielas, g |              |               | Energija, kcal |  | Daudzums (bruto), kg 10 dienām |
|---------------------------------------------|----------------------------|------|----------------|--------------|---------------|----------------|--|--------------------------------|
| Produkta nosaukums                          | Bruto                      | Neto | Olb.v.,g       | Tauki, g     | Ogļh., g      | Energija       |  |                                |
| Griķi                                       | 50                         | 50   | 5.40           | 1.60         | 27.20         | 144.80         |  | 0.5                            |
| Manna                                       | 50                         | 50   | 5.15           | 0.50         | 33.85         | 160.50         |  | 0.5                            |
| Pupiņas (sausas)                            | 50                         | 50   | 10.50          | 1.00         | 23.30         | 144.00         |  | 0.5                            |
| Iebiezināts piens ar cukuru                 | 39.7                       | 39.7 | 2.78           | 3.22         | 22.27         | 129.03         |  | 0.4                            |
| Kartupeļi                                   | 100                        | 65   | 1.30           | 0.20         | 11.25         | 50.70          |  | 1.0                            |
| Bietes vārītas                              | 50                         | 50   | 0.75           | 0.05         | 4.55          | 21.65          |  | 0.5                            |
| Burkāni                                     | 100                        | 75   | 0.60           | 0.30         | 6.75          | 28.50          |  | 1.0                            |
| Kukurūza, konservēta                        | 35.7                       | 25   | 0.73           | 0.48         | 2.70          | 19.95          |  | 0.4                            |
| Saulespuķu sēklas                           | 20                         | 20   | 4.14           | 10.58        | 0.68          | 114.50         |  | 0.2                            |
| Riekstu, žāv, augļu maisījums               | 15                         | 15   | 1.76           | 4.44         | 2.61          | 75.30          |  | 0.15                           |
| Sautēta liellopu gaļa                       | 52                         | 52   | 8.63           | 9.93         | 0.26          | 123.76         |  | 0.52                           |
| <b>KOPĀ</b>                                 |                            |      | <b>41.74</b>   | <b>32.29</b> | <b>135.42</b> | <b>1012.69</b> |  | <b>5.67</b>                    |
| <b>Papildus 3 reizes nedēļā 1.-9.klasei</b> |                            |      |                |              |               |                |  |                                |
| Skolas piens                                | 200                        | 200  | 5.50           | 5.00         | 9.50          | 105.40         |  | <b>1.20</b>                    |
| Skolas auglis                               | 100                        | 100  | 0.40           | 0.80         | 9.80          | 48.00          |  | <b>0.60</b>                    |

10.-12.klases

01.03.-12.03.

| 10 dienas                     | Daudzums 1 bērnam dienā, g |      | Uzturvielas, g |              |               | Energija, kcal |  | Daudzums (bruto), kg 10 dienām |
|-------------------------------|----------------------------|------|----------------|--------------|---------------|----------------|--|--------------------------------|
| Produkta nosaukums            | Bruto                      | Neto | Olb.v.,g       | Tauki, g     | Ogļh., g      | Energija       |  |                                |
| Griķi                         | 50                         | 50   | 5.40           | 1.60         | 27.20         | 144.80         |  | 0.50                           |
| Pupiņas (sausas)              | 50                         | 50   | 10.50          | 1.00         | 23.30         | 144.00         |  | 0.50                           |
| Iebiezināts piens ar cukuru   | 39.7                       | 39.7 | 2.78           | 3.22         | 22.27         | 129.03         |  | 0.40                           |
| Kartupeļi                     | 100                        | 65   | 1.30           | 0.20         | 11.25         | 50.70          |  | 1.00                           |
| Piens, UHT, 2%                | 100                        | 100  | 3.20           | 2.00         | 4.70          | 54.00          |  | 1.00                           |
| Āboli                         | 100                        | 100  | 0.40           | 0.80         | 9.80          | 48.00          |  | 1.00                           |
| Burkāni                       | 100                        | 75   | 0.60           | 0.30         | 6.75          | 28.50          |  | 1.00                           |
| Saulespuķu sēklas             | 20                         | 20   | 4.14           | 10.58        | 0.68          | 114.50         |  | 0.20                           |
| Riekstu, žāv, augļu maisījums | 15                         | 15   | 1.76           | 4.44         | 2.61          | 75.30          |  | 0.15                           |
| Sautēta liellopu gaļa         | 52                         | 52   | 8.63           | 9.93         | 0.26          | 123.76         |  | 0.52                           |
| <b>KOPĀ</b>                   |                            |      | <b>38.71</b>   | <b>34.06</b> | <b>108.82</b> | <b>912.59</b>  |  | <b>6.27</b>                    |

1. Ņemot vērā to, ka valstī nav spēkā esošu normatīvo aktu, kuri noteiktu pārtikas paku sastāva prasības un citus nosacījumus, pārtikas paka sastādīta iespēju robežās ievērojot MK noteikumus Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem” noteiktās prasības.

2. Pārtikas pakas izmaksas: 1,17 (bez PVN) €/dienā, t.sk. pārtikas produktu izmaksas 70 - 75% no kopējās cenas, pārējās attiecināmās izmaksas 25-30% (darba alga, t.sk. darbaspēka nodokļi, transporta izmaksas, iekārtu un inventāra noma, telpu noma, komunālie maksājumi par nomātajām telpām, uzņēmuma administratīvās izmaksas u.c.)

**Vēlam visiem labu veselību un izturību!**

**Ceram drīz Jūs sagaidīt skolas ēdnīcā, lai baudītu siltas un gardas pusdienas!**

Saskaņots  
 Skolas medmāsa I. Podgornaja