



Ēdienkarte
Rīgas Itas Kozakēvičas poļu vidusskolas
1.-4.klašu skolēniem
11.04.2022. - 15.04.2022.

SASKAŅOTS
 Skolas direktora p.i.
[Signature]

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 11.04.2022						
Pusdienas			20,400	28,100	75,500	636,000
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem **A01	200	4,800	7,400	12,900	137,000
	Malta cūkgāļa saldā krējuma mērce **A01	70	9,600	15,600	6,600	205,000
	Vārīti rīsi	100	3,300	0,500	34,000	153,000
	Burkānu salāti ar sēkliņām	70	1,300	4,200	4,400	61,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu-kiršu dzēriens	150	0,300	0,100	8,900	38,000
Otrdiena 12.04.2022			24,000	26,900	74,100	643,000
Pusdienas			24,000	26,900	74,100	643,000
	Pupiņu zupa ar krējumu **A07	200	7,100	7,900	22,600	194,000
	Cūkgāļa un dārzeņu sautējums	200	14,500	17,800	20,500	304,000
	Marinēts gurķis	70	0,700	0,100	2,700	15,000
	Saldskābmaize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu-dzērveņu dzēriens	150	0,200		9,800	40,000
	Auglis	100	0,400	0,800	9,800	48,000
Trešdiena 13.04.2022			18,600	22,000	68,700	558,000
Pusdienas			18,600	22,000	68,700	558,000
	Skābeņu zupa ar olu un krējumu **A01,A03,A07	200	3,000	5,800	14,600	133,000
	Cīsiņi ar tomātu mērci **A01,A07	60/50	8,000	11,600	6,800	164,000
	Vārīti makaroni	100	5,100	1,500	25,900	138,000
	Svaigu kāpostu salāti ar zaļumiem un eļļu	70	1,300	2,800	4,700	49,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Rāmkalni sīrupu dzēriens	150	0,100		8,000	32,000
Ceturtdiena 14.04.2022			20,300	22,000	57,200	509,000
Pusdienas			20,300	22,000	57,200	509,000
	Svaigu kāpostu zupa ar krējumu **A01,A07	200	3,200	4,900	9,200	94,000
	Vistas gaļas kotlete **A01,A03,A07	70	11,500	11,900	2,400	163,000
	Kartupeļu biezenis **A07	150	3,300	2,700	20,500	120,000
	Biešu un marinētu gurķu salāti	70	1,000	2,200	6,000	48,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu sulas dzēriens	150	0,200		10,400	42,000
Piektdiena 15.04.2022						
Pusdienas						
		0				
		0				
		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).

Rīgas Itas Kozakēvičas Poļu vidusskolas
 direktora vietn. admin. saimnieciskajā darbā
Vija Titmane

[Signature]



Ēdienkarte
Rīgas Itas Kozakēvičas poļu vidusskolas
5.-9.klašu skolēniem
11.04.2022. - 14.04.2022.

SASKAŅOTS
Skolas direktora p.i.

[Handwritten signature]

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 11.04.2022						
Pusdienas			24,400	30,400	97,500	769,000
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem	200	4,800	7,400	12,900	137,000
	Maīta cūkgaļa saldā krējuma mērce **A01	80	10,900	17,800	7,500	242,000
	Vārti rīsi	130	4,300	0,600	44,200	199,000
	Burkānu salāti ar sēkliņām	70	1,300	4,200	4,400	61,000
	Rudzu maīze **A01	40	2,700	0,300	16,700	80,000
	Ābolu-ķiršu dzēriens	200	0,400	0,100	11,800	50,000
Otrdiena 12.04.2022						
Pusdienas			25,500	27,700	101,400	764,000
	Pupiņu zupa ar krējumu **A07	250	8,800	9,900	28,200	243,000
	Cūkgaļas un dārzeņu sautējums	260	12,300	16,400	29,800	317,000
	Marinēts gurķis	50	1,000	0,200	3,800	21,000
	Rudzu maīze **A01	40	2,700	0,300	16,700	80,000
	Ābolu-dzērveņu dzēriens	200	0,300	0,100	13,100	55,000
	Auglis	100	0,400	0,800	9,800	48,000
Trešdiena 13.04.2022						
Pusdienas			21,100	27,300	92,600	703,000
	Skābeņu zupa ar olu un krējumu **A01,A03,A07	250	3,700	6,900	18,400	153,000
	Cīsiņi ar tomātu mērci **A01,A07	60/50	8,000	13,600	6,800	182,000
	Vārti makaroni	150	5,300	3,700	35,400	196,000
	Svaigu kāpostu salāti ar zaļumiem un eļļu	70	1,300	2,800	4,700	49,000
	Rudzu maīze **A01	40	2,700	0,300	16,700	80,000
	Rāmkalnu sīrupu dzēriens	200	0,100		10,600	43,000
Ceturtdiena 14.04.2022						
Pusdienas			26,300	26,300	91,000	718,000
	Svaigu kāpostu zupa ar krējumu **A01,A07	250	3,700	5,500	11,600	118,000
	Vistas gaļas kollete **A01,A03,A07	80	13,200	13,600	2,800	186,000
	Kartupeļu biezenis **A07	200	4,400	3,600	27,300	164,000
	Biešu un marinētu gurķu salāti	100	1,400	3,100	8,500	68,000
	Rudzu maīze **A01	50	3,400	0,500	27,000	126,000
	Ābolu sulas dzēriens	200	0,200		13,800	56,000
Piektdiena 15.04.2022						
Pusdienas						
		0				
		0				
		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).

[Handwritten signature]
Rīgas Itas Kozakēvičas Poļu vidusskolas
direktora vietn. admin. saimnieciskajā darbā
Vija Titmane



Ēdienkarte
Rīgas Itas Kozakēvičas poļu vidusskolas
1.-4.klašu skolēniem
11.04.2022. - 15.04.2022.

SASKAŅOTS
 Skolas direktora p.i.
[Signature]

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 11.04.2022						
Pusdienas			20,400	28,100	75,500	636,000
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem **A01	200	4,800	7,400	12,900	137,000
	Malta cūkgaļa saldā krējuma mērcē **A01	70	9,600	15,600	6,600	205,000
	Vārīti risi	100	3,300	0,500	34,000	153,000
	Burkānu salāti ar sēkliņām	70	1,300	4,200	4,400	61,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu-kiršu dzēriens	150	0,300	0,100	8,900	38,000
Otrdiena 12.04.2022						
Pusdienas			24,000	26,900	74,100	643,000
	Pupiņu zupa ar krējumu **A07	200	7,100	7,900	22,600	194,000
	Cūkgaļas un dārzeņu sautējums	200	14,500	17,800	20,500	304,000
	Marinēts gurķis	70	0,700	0,100	2,700	15,000
	Saldskābmaize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu-dzērveņu dzēriens	150	0,200		9,800	40,000
	Auglis	100	0,400	0,800	9,800	48,000
Trešdiena 13.04.2022						
Pusdienas			18,600	22,000	68,700	558,000
	Skābeņu zupa ar olu un krējumu **A01,A03,A07	200	3,000	5,800	14,600	133,000
	Ciņņi ar tomātu mērci **A01,A07	60/50	8,000	11,600	6,800	164,000
	Vārīti makaroni	100	5,100	1,500	25,900	138,000
	Svaigu kāpostu salāti ar zaļumiem un eļļu	70	1,300	2,800	4,700	49,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Rāmkalnu sīrupu dzēriens	150	0,100		8,000	32,000
Ceturtdiena 14.04.2022						
Pusdienas			20,300	22,000	57,200	509,000
	Svaigu kāpostu zupa ar krējumu **A01,A07	200	3,200	4,900	9,200	94,000
	Vistas gaļas kotlete **A01,A03,A07	70	11,500	11,900	2,400	163,000
	Kartupeļu biezenis **A07	150	3,300	2,700	20,500	120,000
	Biešu un marinētu gurķu salāti	70	1,000	2,200	6,000	48,000
	Rudzu maize **A01	20	1,100	0,300	8,700	42,000
	Ābolu sulas dzēriens	150	0,200		10,400	42,000
Piektdiena 15.04.2022						
Pusdienas						
		0				
		0				
		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
 Rīgas Itas Kozakēvičas Poļu vidusskolas
 direktora vietn. admin. saimnieciskajā darbā
Vija Titmane



Ēdienkarte
Rīgas Itas Kozakēvičas poļu vidusskolas
10.-12.klašu skolēniem
11.04.2022. - 14.04.2022.

SASKAŅOTS

Skolas direktora p.i.

[Handwritten signature]

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 11.04.2022			26,200	33,600	107,600	838,000
Pusdienas			26,200	33,600	107,600	838,000
	Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem **A01	250	6,000	9,200	16,100	171,000
	Malta cūkgāja saldā krējuma mērcē **A01	80	10,800	19,100	7,600	247,000
	Vārīti rīsi	150	5,000	0,700	51,000	229,000
	Burkānu salāti ar sēkliņām	70	1,300	4,200	4,400	61,000
	Rudzu maize **A01	40	2,700	0,300	16,700	80,000
	Ābolu-ķiršu dzēriens	200	0,400	0,100	11,800	50,000
Otrdiena 12.04.2022			29,000	31,600	104,900	825,000
Pusdienas			29,000	31,600	104,900	825,000
	Pupiņu zupa ar gaļu un krējumu **A07	250	7,400	9,100	16,900	182,000
	Cūkgāļas un dārzeņu sautējums	320	15,800	20,900	36,300	398,000
	Marinēts gurķis	50	1,000	0,200	3,800	21,000
	Rudzu maize **A01	60	4,100	0,500	25,000	121,000
	Ābolu-dzērveņu dzēriens	200	0,300	0,100	13,100	55,000
	Auglis	100	0,400	0,800	9,800	48,000
Trešdiena 13.04.2022			25,500	28,200	109,600	804,000
Pusdienas			25,500	28,200	109,600	804,000
	Skābeņu zupa ar olu un krējumu **A01,A03,A07	250	3,700	6,900	18,400	160,000
	Cīsiņi ar piena mērci **A01,A07	60/50	8,000	11,600	6,800	164,000
	Vārīti makaroni	170	7,700	5,100	42,100	245,000
	Svaigu kāpostu salāti ar zaļumiem un eļļu	100	1,900	4,100	6,700	71,000
	Rudzu maize **A01	60	4,100	0,500	25,000	121,000
	Rāmkalnu sirupu dzēriens	200	0,100		10,600	43,000
Ceturtdiena 14.04.2022			24,300	28,500	106,400	807,000
Pusdienas			24,300	28,500	106,400	807,000
	Svaigu kāpostu zupa ar krējumu **A01,A07	260	3,600	5,700	11,800	130,000
	Vistas gaļas kotlete **A01,A03,A07	80	9,700	14,700	12,900	223,000
	Kartupeļu biezenis **A07	250	5,300	4,500	34,400	209,000
	Biešu un marinētu gurķu salāti	100	1,400	3,100	8,500	68,000
	Rudzu maize **A01	60	4,100	0,500	25,000	121,000
	Ābolu sulas dzēriens	200	0,200		13,800	56,000
Piektdiena 15.04.2022						
Pusdienas						
		0				
		0				
		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).

Rīgas Itas Kozakēvičas Poļu vidusskola
direktora vietn. admin. saimnieciskajā darbā
Vija Titmane

[Handwritten signature]



Ēdienkarte
Rīgas Itas Kozakēvičas poļu vidusskolas
Launags
11.04.2022. - 14.04.2022.

SASKANOTS
 Skolas direktora p.i.
[Signature]

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 11.04.2022			6,600	4,900	32,000	199,000
Launags			6,600	4,900	32,000	199,000
	<i>Karstmaize ar Graudaugu pārslas ar pienu</i> **A01,A07	<i>30/150</i> <i>60</i>	6,400	4,500	27,100	175,000
	<i>Auglis</i> <i>Teja ar cukuru</i>	<i>50</i> <i>200</i>	0,200	0,400	4,900	24,000
Otrdiena 12.04.2022			8,700	12,600	35,400	290,000
Launags			8,700	12,600	35,400	290,000
	Makaroni ar sieru **A07	130	8,400	12,500	25,400	248,000
	Teja ar cukuru	200	0,300	0,100	10,000	42,000
Trešdiena 13.04.2022			17,100	11,700	28,900	289,000
Launags			17,100	11,700	28,900	289,000
	Biezpiena plāceniši ar skābo krējumu **A07	80/15	17,100	11,700	18,800	249,000
	Teja ar cukuru	200			10,100	40,000
Ceturtdiena 14.04.2022			8,200	9,100	23,100	207,000
Launags			8,200	9,100	23,100	207,000
	<i>Graudaugu Karstmaize ar sieru un desu</i> **A01,A07	<i>30/150</i> <i>60</i>	7,600	9,000	15,600	174,000
	<i>Teja ar cukuru</i> <i>Auglis</i>	<i>60</i> <i>200</i>	0,600	0,100	7,500	33,000
Piektdiena 15.04.2022						
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).

Sarmāra
 Rīgas Itas Kozakēvičas Poļu vidusskolas
 direktora vietn. admin. saimnieciskajā darbā
Vija Titmane

[Signature]