

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 21.10.2019			20,700	27,400	102,600	740,000
Brokastis			5,000	4,700	31,200	187,000
	Piecgraudu pārslu biežputra ar ievārījumu **A01,A07	100/10	2,800	1,800	20,900	111,000
	Graudu maize ar krēmsieru **A01,A07	10/8	2,000	2,800	5,300	54,000
	Tēja ar cukuru	100	0,200	0,100	5,000	22,000
Pusdienas			10,500	14,000	39,600	327,000
	Šķelto zirņu zupa	120	1,800	3,200	8,200	69,000
	Boloņas mērce ar griķiem **A01	60/60	8,000	8,300	18,300	180,000
	Burkānu salāti ar āboliem un saulespuķu sēkliņām	60	0,700	2,500	6,400	51,000
	Karkadē dzēriens	100			6,700	27,000
Launags			5,200	8,700	31,800	226,000
	Ķirbju pankūkas ar krējumu **A01,A03	80/10	5,000	8,300	22,400	184,000
	Tēja ar cukuru	100			4,500	18,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Otrdiena 22.10.2019			30,300	33,100	101,100	824,000
Brokastis			10,000	10,400	33,100	266,000
	Makaroni ar sviestu un sieru **A01,A07	80/20	7,900	8,400	22,300	196,000
	Kakao ar pienu un cukuru **A07	100	1,900	1,600	5,900	46,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Pusdienas			11,900	12,300	41,700	325,000
	Dārzeņu zupa	120	2,500	2,200	12,100	78,000
	Cūkgaļas un dārzeņu sautējums	150	8,100	8,500	18,200	182,000
	Biešu un marinētu gurķu salāti	50	0,600	1,500	4,000	32,000
	Saldskābmaize **A01	10	0,600	0,100	4,400	21,000
	Ābolu-dzērveņu dzēriens	100	0,100		3,000	12,000
Launags			8,400	10,400	26,300	233,000
	Biezpiens ar krējumu **A07	50	5,800	6,200	6,400	105,000
	Sēklu maize ar sviestu un gurķi **A01,A07	20/4/15	1,800	3,700	10,000	81,000
	Tēja ar cukuru	100	0,600	0,100	5,000	23,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Trešdiena 23.10.2019			29,500	31,000	108,700	798,000
Brokastis			6,800	6,100	36,100	227,000
	Biezputra "Asorti" ar ievārījumu **A01,A07	100/10	2,500	1,900	18,000	99,000
	Kliju maize ar sviestu un desu **A01,A07	15/2/11	3,900	3,700	8,200	82,000
	Tēja ar cukuru	100	0,200	0,100	5,000	22,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Pusdienas			16,000	17,900	43,700	400,000
	Veģetārā sēņu-kartupeļu bzupe ar grūbām **A01,A07	120	3,300	2,800	10,500	80,000
	Cūkgaļas kotlete ar piena mērci **A03, A01;A07	60/30	8,100	12,200	3,500	156,000
	Kartupeļu biezenis	60	3,100	0,900	15,500	83,000
	Svaigu kāpostu salāti ar zaļumiem un eļļu	60	0,800	1,900	3,900	36,000
	Rudzu maize **A01	10	0,600	0,100	4,400	21,000
	Sarkano jāņogu dzēriens	100	0,100		5,900	24,000
Launags			6,700	7,000	28,900	171,000
	Piena zupa ar grūbām **A01,A07	180	4,500	3,700	18,800	92,000
	Saldskābmaize ar sviestu un olu **A03, A01;A07	10/2/10	2,000	2,900	5,200	55,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Ceturtdiena 24.10.2019			34,200	32,220	107,700	858,000
Brokastis			7,700	8,320	36,100	251,000

	Kukurūzas biežputra ar sviestu **A01,A07	100	3,800	2,120	20,100	115,000
	Kliju maize ar sviestu un sieru **A01,A07	20/5/20	1,700	4,400	9,800	86,000
	Kafijas dzēriens ar pienu **A07	100	2,200	1,800	6,200	50,000
Pusdienas			19,900	17,300	50,200	436,000
	Borščs ar kartupeļiem, krējumu **A07	120	3,300	2,800	10,500	80,000
	Cepta zivs fileja	70	11,100	10,700	4,100	157,000
	Vārīti kartupeļi ar burkānu mērci **A01,A07	100/40	3,900	2,200	20,900	119,000
	Rudzu maize **A01	10	0,600	0,100	4,400	21,000
	Kolrābju salāti ar svaigu gurķi un krējumu	60	0,900	1,500	4,400	35,000
	Ābolu kompots	100	0,100		5,900	24,000
Launags			6,600	6,600	21,400	171,000
	Biezpiena un ābolu sacepums ar krējumu **A01,A03	60/10	6,400	6,200	12,000	129,000
	Tēja ar cukuru	100			4,500	18,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Piektdiena 25.10.2019			28,120	35,700	91,800	811,000
Brokastis			4,300	7,000	38,700	236,000
	Auzu pārslu biežputra ar ievārījumu **A01,A07	110/10	2,100	2,800	18,800	109,000
	Sēklu maize ar sviestu un tomātu **A01,A07	20/4/15	1,800	3,700	10,000	81,000
	Tēja ar cukuru	100	0,200	0,100	5,000	22,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000
Pusdienas			15,000	19,100	34,800	380,000
	Sautēta cūkgaļa ar dārzeņiem mērcē **A01,A07	80	9,900	13,500	3,600	184,000
	Vārīti rīsi	60	2,000	0,300	20,400	92,000
	Burkānu-ziedkāpostu salāti	50	0,600	1,000	2,300	21,000
	Biezpiena saldā masa ar rozīnēm ar augļu-ogu ķīseli **A07	40/80	2,500	4,300	8,500	83,000
Launags			8,820	9,600	18,300	195,000
	Omlete ar zaļajiem zirnīšiem **A03,A07	50/10	4,900	4,900	1,100	68,000
	Kviešu maize ar sviestu **A01,A07	20/2	1,220	1,800	8,200	54,000
	Kefīrs **A07	100	2,500	2,500	4,100	49,000
	Auglis	50	0,200	0,400	4,900	24,000

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) .