

1.- 4.klase		ĒDIENKARTE		06. - 10. februāris	
Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
salāti ar zivi (heka fileja) (Z;O)	100	pamatēd. plovš ar vistas gaļu	200	deserts kukurūzas pārslas (G)	25
saldskābmaize ar sviestu (G;P)	25	salāti Pusdienu (P)	70	piens (P)	150
tēja (zaļā) ar cukuru	200	deserts dažādu ogu ķīselis	100	mazā pica (G;P;O)	80
		šokolādes putukrējums (P)	20		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	0.88/15.6		
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
biezputra mannas (G;P)	200	zupa biešu ar vistas gaļu un krējumu(P)	250	smalkmaizīte Rīgas kļīģerītis (G)	70
ievārījums ķiršu - ābolu	20	deserts pilngraudu auzu pārslu krēms (bio pilngraudu auzu pārslas)(P;G)	60	tēja citronu ar avenēm	150
tēja (augļu mix) ar cukuru	200	saldā mērce ābolu sulas	100		
		rupjmaize (G)	6		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.8/20		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
biezpiens vājpiena ar krējumu (P)	100	piedeva vārīti kartupeļi	200	piena zupa ar rīsiem (P)	250
rupjmaize ar sviestu (G;P)	35	pamatēd. kotlete Mājas (G;O)	70	baltmaize ar ābolu dzemu (G)	30
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	salāti Raibie	50		
		mērce krējuma (G;P;SE)	50		
		deserts dzērveņu uzpūtenis (G)	80		
		piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	0.32/19		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
salāti Dārzeņu rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	120	zupa pupiņu ar cūkgaļu	250	ievārījuma maizīte (G)	70
baltmaize (G)	20	deserts šokolādes krēms (P)	70	sulas dzēriens ābolu	200
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	saldā mērce ar upenēm	100		
		rupjmaize (G)	30		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.4/14.8		
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	piedeva kartupeļu biezenis (P)	220	salāti Rīsu ar vistas gaļu(majonēze(Olu dzelt.pulv)	100
ievārījums ķiršu - ābolu	20	pamatēd. cūkgālas gulašs (G;P)	80	baltmaize ar klijām (G)	20
sviestmaize ar sv.gurķi (P;G)	30	salāti skābu kāpostu ar lociņiem un eļļu	70	tēja citronu ar upenēm	200
tēja (zaļā) ar cukuru	200	deserts augļu- ogu biežais ķīselis	80		
		Bio piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.52/17.5		
		pēc dienas uztura normas	2/20		

Ēdienkarte sastādīta saskaņā ar MK noteikumiem Nr.172 no 13.03.2012 , MK noteikumiem Nr.635 no 21.09.2021 un EP un Padomes regulas Nr.1169/2011

Nepieciešamības gadījumā (pārtikas piegādes aizkavēšanās vai citu neplānotu apstākļu dēļ) ēdienkarte var tikt mainīta, saskāņojot ar administrāciju.

Ēdienkarti apstiprina ja medmāsa:

Ēdienkarti sastādīja SIA"Saules ieleja 3"valdes locekle:

* **G**- graudaugi, kas satur lipekli (glutēnu), **O**- olas un to produkti, **Z**- zivis un to produkti, **ZR**- zemesrieksti, **P**- piens un to produkti, **R**- rieksti, **S**- sezama sēklas un to produkti, **SI**-sinepes.

5.- 12.klase		ĒDIENKARTE		06. - 10. februāris	
Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS grami	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUSDIENAS grami	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
		pamatēd. plovš ar vistas gaļu	250		
		salāti Pusdienu (P)	70		
		deserts dažādu ogu ķīselis	120		
		šokolādes putukrējums (P)	25		
		baltmaize, rupjmaize (G)	56		
		ūdens ar citroniem	200		
		kopā	0		
		sāls/cukurs	1.2/15.6		
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
		zupa biešu ar vistas gaļu un krējumu(P)	250		
		deserts pilngraudu auzu pārslu krēms (bio pilngraudu auzu pārslas)(P;G)	70		
		saldā mērce ābolu sulas	100		
		baltmaize, rupjmaize (G)	46		
		svaigo ogu kompots	200		
		kopā	0		
		sāls/cukurs	1.2/20		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
		piedeva vārīti kartupeļi	250		
		pamatēd. kotlete Mājas (G;O)	80		
		salāti Raibie	70		
		mērce krējuma (G;P;SE)	50		
		deserts dzērveņu uzpūtenis (G)	80		
		piens (P)	100		
		baltmaize, rupjmaize (G)	48		
		kopā	1.36/19		
		sāls/cukurs	1.36/19		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
		zupa pupiņu ar cūkgaļu	250		
		deserts šokolādes krēms (P)	80		
		saldā mērce ar upenēm	100		
		baltmaize, rupjmaize (G)	70		
		sv.ābolu kompots	200		
		kopā	0		
		sāls/cukurs	1.2/14.3		
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
		piedeva kartupeļu biezenis (P)	250		
		pamatēd. cūkgaļas gulašs (G;P)	80		
		salāti skābu kāpostu ar lociņiem un eļļu	70		
		deserts augļu- ogu biezais ķīselis	80		
		Bio piens (P)	100		
		baltmaize, rupjmaize (G)	66		
		kopā	1.52/17.5		
		sāls/cukurs	1.52/17.5		
		pēc dienas uztura normas	2/20		

Ēdienkarte sastādīta saskaņā ar MK noteikumiem Nr.172 no 13.03.2012, MK noteikumiem Nr.635 no 21.09.2021 un EP un Padomes regulas Nr.1169/2011

Nepieciešamības gadījumā (pārtikas piegādes aizkavēšanās vai citu neplānotu apstākļu dēļ) ēdienkarte var tikt mainīta, saskāņojot ar administrāciju.

Ēdienkarti apstiprina ja medmāsa:

Ēdienkarti sastādīja SIA"Saules ieleja 3"valdes locekle:

* **G**- graudaugi, kas satur lipekli (glutēnu), **O**- olas un to produkti, **Z**- zivis un to produkti, **ZR**- zemesrieksti, **P**- piens un to produkti, **R**- rieksti, **S**- sezama sēklas un to produkti, **SI**-sinepes.