

| Ēdiena nosaukums (alerģēni*)                      | BROKASTIS | Ēdiena nosaukums (alerģēni*)                | PUSDIENAS | Ēdiena nosaukums (alerģēni*)                        | LAUNAGS |
|---|-----------|---|-----------|---|---------|
|   | grami     |   | grami     |   | grami   |
| <b>PIRMDIENA</b>                                  |           |   |           |   |         |
| salāti ar zivī (heka fileja) (Z;O)                | 80        | pamatēd. plovš ar vistas gaļu               | 200       | deserts kukurūzas pārslas (G)                       | 30      |
| saldskābmaize ar sviestu (G;P)                    | 35        | salāti burkānu ar mārrutkiem un krējumu (P) | 50        | piens (P)   | 150     |
| tēja (zaļā) ar cukuru                             | 200       | deserts dažādu ogu ķīselis                  | 100       |   |         |
|   |           | šokolādes putukrējums (P)                   | 20        |   |         |
| <b>kopā</b>                                       |           | <b>kopā</b>                                 |           | <b>kopā</b>   |         |
|   |           | sāls/cukurs                                 | 1/8.36    |   |         |
| <b>OTRDIENA</b>                                   |           |   |           |   |         |
| biezputra mannas (G;P)                            | 200       | zupa biešu ar vistas gaļu un krējumu(P)     | 200       | biezpiena sierīšs KĀRUMS vaniļas(P)                 | 40      |
| ievārījums ķiršu - ābolu                          | 20        | deserts mango krēms (P)                     | 50        | sviestmaize ar maltās gaļas ruleti (G;P)            | 45      |
| tēja citronu ar upenēm                            | 200       | sulas dzēriens ābolu- ķiršu                 | 150       | tēja citronu ar avenēm                              | 150     |
|   |           | rupjmaize (G)                               | 16        |   |         |
| <b>kopā</b>                                       |           | <b>kopā</b>                                 |           | <b>kopā</b>   |         |
|   |           | sāls/cukurs                                 | 0.8/6     |   |         |
| <b>TREŠDIENA</b>                                  |           |   |           |   |         |
| biezpiens vājpiena ar krējumu (P)                 | 80        | piedeva vārīti kartupeļi                    | 200       | piena zupa ar makaroniem (P;G)                      | 200     |
| rupjmaize ar sviestu (G;P)                        | 35        | pamatēd.zivs kotlete (heka fileja)(Z;G;O)   | 60        | baltmaize ar ābolu dzemu (G)                        | 25      |
| tēja (piparmētru) ar cukuru                       | 200       | mērce krējuma (G;P;SE)                      | 50        |   |         |
|   |           | salāti Raibie                               | 50        |   |         |
|   |           | deserts dzērveņu uzpūtenis (G)              | 70        |   |         |
|   |           | piens (P)                                   | 100       |   |         |
| <b>kopā</b>                                       |           | <b>kopā</b>                                 |           | <b>kopā</b>   |         |
|   |           | sāls/cukurs                                 | 1.44/7    |   |         |
| <b>CETURTDIENA</b>                                |           |   |           |   |         |
| salāti Dārveņu rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv) | 100       | zupa pupiņu ar cūkgaļu                      | 180       | ievārījuma maizīte (G)                              | 70      |
| baltmaize (G)                                     | 15        | piedeva vārīti griķi                        | 180       | tēja citronu ar upenēm                              | 200     |
| tēja (ķimeņu) ar cukuru                           | 200       | pamatēd.maltās gaļas mērce (G;P)            | 60        |   |         |
|   |           | svaigi gurķi                                | 50        |   |         |
|   |           | sulas dzēriens ābolu                        | 100       |   |         |
| <b>kopā</b>                                       |           | <b>kopā</b>                                 |           | <b>kopā</b>   |         |
|   |           | sāls/cukurs                                 | 1.88/3.8  |   |         |
| <b>PIEKTDIENA</b>                                 |           |   |           |   |         |
| biezputra auzu pārslu (G;P)                       | 150       | piedeva vārīti kartupeļi                    | 200       | salāti Rīsu ar vistas gaļu(majonēze(Olu dzelt.pulv) | 80      |
| ievārījums ķiršu - ābolu                          | 15        | pamatēd. cūkgājas gulašs (G;P)              | 80        | rupjmaize (G)                                       | 20      |
| sviestmaize ar sv.gurķi (P;G)                     | 30        | salāti Biešu ar zaļumiem un eļļu            | 50        | sulas dzēriens ābolu- ķiršu                         | 200     |
| tēja (augļu mix) ar cukuru                        | 200       | deserts augļu- ogu biežais ķīselis          | 80        |   |         |
|   |           | Bio piens (P)                               | 100       |   |         |
| <b>kopā</b>                                       |           | <b>kopā</b>                                 |           | <b>kopā</b>   |         |
|   |           | sāls/cukurs                                 | 1.32/8.8  |   |         |
|   |           | pēc dienas uztura normas                    | 2/11      |   |         |

Ēdienkarte sastādīta saskaņā ar MK noteikumiem Nr.172 no 13.03.2012, MK noteikumiem Nr.606 no 04.08.2023 un EP un Padomes regulas Nr.1169/2011

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

Ēdienkarti apstiprināja PII vadītāja:

Ēdienkarti sastādīja SIA "Saules ieleja 3" valdes locekle:

Ēdienkarte saskaņota ar PII medmāsu:

\* **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.