

Ēdiena nosaukums (alergēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
<b>PIRMDIENA</b>					
salāti Pupiņu ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	100	piedeva vārīti griķi	150	piena zupa ar rīsiem un rozīnēm (P)	250
baltmaize ar sviestu (G;P)	25	pamatēd.vistas gaļas strēmelītes mērcē (G;P)	80	saldskābmaize ar sviestu (G;P)	30
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	salāti"Kraukšķīgie"(P)	50		
		biezputra mannas (G;P)	80		
		saldā mērcē ar jānogām	100		
		ūdens ar citroniem	200		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.12/5		
<b>OTRDIENA</b>					
biezputra piecgraudu (G;P)	200	zupa skābeņu ar vistas gaļu un krējumu(P;O)	180	salāti Dārzenu rasols (P)	100
ievārījums ābolu- upēņu	20	vārīti makaroni ar sieru(P;G)	150	sviestmaize ar sieru (G;P)	30
sviestmaize ar desu (G;P)	35	rīvīti svaigi burkāni	50	tēja citronu ar upenēm	200
tēja citronu ar avenēm	200	baltmaize, rupjmaize (G)	32		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.44/0		
<b>TREŠDIENA</b>					
biezputra mannas (G;P)	200	piedeva kartupeļu biezenis (P)	220	salāti Mājas rasols (P;O)	100
ievārījums meža ogu	15	pamatēd.maltās vistas gaļas mērcē (G;P)	80	saldskābmaize ar sviestu (G;P)	35
sviestmaize ar maltās gaļas ruleti (G;P)	35	salāti skābu kāpostu ar lociņiem un eļļu	50	sulas dzēriens ābolu	200
tēja (kumelīšu) ar cukuru	200	deserts jānogu uzpūtenis (G)	80		
		piens (P)	100		
		apelsīnu sula	150		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.24/8		
<b>CETURTDIENA</b>					
olu kultenis (P;O)	100	zupa Mājas ar gaļu un marinētiem gurķiem (P)	250	smalkmaizīte siera (G;P;O)	70
rupjmaize ar sviestu (G;P)	37	deserts saldā biežpiena masa(P)	50	tēja (augļu mix) ar cukuru	200
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	saldā ķiršu sulas mērcē	100		
svaigi tomāti	50	baltmaize, rupjmaize (G)	36		
		ūdens ar citroniem	200		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1/10		
<b>PIEKTDIENA</b>					
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	piedeva vārīti kartupeļi	200	deserts kukurūzas pārslas (G)	20
ievārījums ķiršu - ābolu	15	pamatēd.maltās vistas gaļas veltnītis (G;O)	70	piens (P)	150
sviestmaize ar sv.gurķi (P;G)	35	mērcē tomātu- krējuma ar pilngraudu miltiem(G;P;SE)	50	trijstūrmaize ar olu un sieru(G;O;P)	50
tēja (zaļā) ar cukuru	200	salāti Biešu- ābolu	50		
		deserts dažādu ogu ķīselis	100		
		putukrējums (P)	25		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.28/9.2		
		pēc dienas uztura normas	2/10		

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

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

Ēdienkarti apstiprināja medmāsa:

Ēdienkarti sastādīja SIA "Sauls ieleja 3"valdes loceklis:

\* 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.