

Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
<b>PIRMDIENA</b>					
biezputra piecgraudu (auzu dzēriens) (G)	150	piedeva vārīti griķi	150	salāti dārzeņu vinegrets	100
ievārījums ābolu- upēņu	15	pamatēd.vistas gaļas strēmelītes mērcē bez krējuma (G)	80	rupjmaize (G)	30
klīju pilngraudu maize	20	salāti Raibie	50	tēja citronu ar avenēm	200
vārīta cūkgaļa	30	biezputra mannas(rīsu dzēriens) (G)	80		
svaigi gurķi	50	saldā mērce ar jāņogām	100		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	0.78/17.1		
<b>OTRDIENA</b>					
salāti Dārzeņu rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	80	zupa skābeņu ar vistas gaļu bez krējuma(G;O)	250	ievārījuma maizīte (G)	70
rupjmaize (G)	37	deserts svaigu augļu- ogu asorti sīrupā	100	tēja (piparmētru) ar cukuru	150
dzēriens miežu kafijas ar mandeļu pienu (G)	150	apelsīnu sula	150		
svaigi tomāti	30	rupjmaize (G)	30		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.71/15.38		
<b>TREŠDIENA</b>					
biezputra auzu (rīsu dzēriens) (G)	150	piedeva vārīti kartupeļi	200	pankūkas kartupeļu (G;O)	100
ievārījums meža ogu	15	pamatēd.maltās gaļas mērce bez krējuma(G)	80	ievārījums ābolu- upēņu	30
baltmaize ar desu (G) (bez sviesta)	35	svaigu kāpostu salāti	50	sulas dzēriens ābolu	150
tēja (Karkade ziedlapu) ar cukuru	200	deserts upēņu uzpūtenis (G)	60		
		piens mandeļu (mandeļu dzēriens bez cukura)	100		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.66/19.05		
<b>CETURTDIENA</b>					
salāti Pupiņu ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	80	zupa Mājas rasoņņiks ar gaļu (bez krējuma)	250	smalkmaizīte kanēja (G)	70
baltmaize (G)	20	banāns	100	tēja citronu ar upenēm	200
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	svaigo ogu kompots	200		
		rupjmaize (G)	26		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.45/17.88		
<b>PIEKTDIENA</b>					
biezputra četgraudu (rīsu dzēriens)(G)	150	piedeva vārīti kartupeļi	200	deserts kukurūzas pārslas (G)	25
ievārījums ķiršu - ābolu	15	pamatēd.zivs kotlete (heka fileja)(Z;G;O)	70	piens mandeļu (mandeļu dzēriens bez cukura)	150
baltmaize ar dabīgo gaļas ruleti (bez sviesta)(G)	35	mērce ar pilngraudu miltiem(mandeļu piens)(G;SE)	50		
tēja (zaļā) ar cukuru	200	salāti Biešu- ābolu	50		
		smalkmaizīte Rīgas kļiņģerītis (G)	70		
		sulas dzēriens ābolu	150		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.75/13.75		
		pēc dienas uztura normas	2/10		

Ēdienkarte sastādīta saskaņā ar MK noteikumiem Nr.172 no 13.03.2012., MK noteikumiem Nr.535 no 26.08.2018 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 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.