

1.- 4.klase		DIĒTAS ĒDIENKARTE (Celiakija)		20. - 24. janvāris	
Ēdiena nosaukums (alergēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
biezputra kukurūzas (P)	150	pamatēd.raibie rīsi ar vistas gaļu	210	salāti Dārzenu rasols (P)	100
ievārījums ābolu džems	15	salāti ķīnas kāpostu ar krējumu (P)	60	bezglutēna maize ar sviestu (P)	25
bezglutēna sviestmaize ar sieru (P)	35	deserts augļu- ogu biežais ķīselis	100	sulas dzēriens ābolu	200
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.04/10		
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
biezpiens vājpiena ar krējumu (P)	100	zupa dārzenu ar vistas gaļu un kausēto sieru(P)	180	bezglutēna maize ar "Viltoto zaķi"	50
bezglutēna maize ar sviestu (P)	25	pieveva vārīti griķi	160	sulas dzēriens ābolu	200
		maltās gaļas mērce(bezglutēna milti) (P)	70	ābols	100
dzēriens miežu kafijas ar pienu (G;P)	200	bezglutēna maize	32		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.76/0		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
plānās pankūkas ar bezgl. miltiem)(P;O)	100	pieveva kartupeļu biezenis (P)	200	biezpiena sieriņš KĀRUMS vaniļas(P)	40
ievārījums ķiršu - ābolu	20	pamatēd. cūkgaļa burkānu mērcē (bezglutēna milti)	80	bezglutēna sviestmaize ar desu (P)	40
		salāti Biešu ar zaļumiem un eļļu	50	sulas dzēriens ābolu- zemeņu	200
tēja (kumelišu) ar cukuru	150	deserts biežais kakao ķīselis (P)	80		
		piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.32/8		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
salāti Mājas rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	100	zupa biešu ar vistas gaļu un krējumu(P)	150	saldās kukurūzas pārslas	25
bezglutēna maize ar sviestu (P)	25	pamatēd.bezglutēna makaroni ar malto gaļu	150	piens (P)	100
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	salāti burkānu ar mārutkiem un krējumu (P)	50	bezglutēna sviestmaize ar sieru (P)	35
		bezglutēna maize	36		
		sulas dzēriens ābolu- ķiršu	150		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.4/4.5		
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
biezputra rīsu (P)	200	pieveva vārīti kartupeļi	200	deserts cepumi bez glutēna un laktozes	50
ievārījums zemeņu - ābolu	20	dabīgs maltās cūkgāļas veltnītis	80	apelsīnu sula	200
bezglutēna sviestmaize ar olu (P;O)	30	salāti Raibie	50		
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	mērce (bezglutēna miltiem)(P)	50		
		bezglutēna maize ar zemeņu ievārījumu	25		
		sulas dzēriens ābolu- ķiršu	150		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.32/4.5		41
		pēc dienas uztura normas	2/10		113

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 nepilnību 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.