

Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
<b>PIRMDIENA</b>					
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	pamatēd.raibie rīsi ar vistas gaļu	200	salāti Dārzenu rasols (P)	100
ievārījums ābolu džems	20	salāti ķīnas kāpostu ar krējumu (P)	60	saltskābmaize ar sviestu (G;P)	37
graudu maize ar kausēto sieru (G;P)	40	deserts augļu- ogu biežais ķīselis	80	sulas dzēriens ābolu	200
tēja citronu ar upenēm	200	piens (P)	100		
		apelsīnu sula	150		
			0		
			0		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.04/8		
<b>OTRDIENA</b>					
biezpiens vājpiena ar krējumu (P)	100	zupa dārzenu ar vistas gaļu un kausēto sieru(P)	200	sviestmaize ar maltās gaļas ruleti (G;P)	50
klīju spēkavota maize(G)	25	pieveva vārīti griķi	150	sulas dzēriens ābolu	200
dzēriens miežu kafijas ar pienu (G;P)	200	pamatēd.maltās gaļas mērce (G;P)	70	ābols	100
		baltmaize, rupjmaize (G)	32		
		ūdens ar citroniem	200		
			0		
			0		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	0.8/0		
<b>TREŠDIENA</b>					
biezputra četrgraudu (G;P)	200	pieveva kartupeļu biezenis (P)	200	piena zupa ar makaroniem (P;G)	250
ievārījums ķiršu - ābolu	20	pamatēd. cūkgaļa burkānu mērcē (G;P)	80	baltmaize ar ābolu džemu (G)	30
sviestmaize ar sv.gurķi (P;G)	35	salāti Biešu ar zaļumiem un eļļu	50		
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	deserts biežais kakao ķīselis (P)	80		
		piens (P)	100		
			0		
			0		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.32/8		
<b>CETURTDIENA</b>					
salāti Mājas rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	100	zupa biešu ar vistas gaļu un krējumu(P)	150	deserts kukurūzas pārslas (G)	25
rupjmaize ar sviestu (G;P)	32	pamatēd.makaroni ar malto gaļu (G)	150	piens (P)	100
		svaigi tomāti	50	smalkmaizīte siera (G;P;O)	60
tēja citronu ar upenēm	200	baltmaize, rupjmaize (G)	35		
		sulas dzēriens ābolu- ķiršu	150		
			0		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.4/4.5		
<b>PIEKTDIENA</b>					
biezputra piecgraudu (G;P)	200	pieveva vārīti kartupeļi	200	smalkmaizīte magonu(G;O)	70
ievārījums zemeņu - ābolu	20	pamatēd. cūkgaļas kotlete (G;O)	50	sulas dzēriens ābolu- ķiršu	150
sviestmaize ar olu (G;P;O)	35	mērce krējuma ar pilngraudu miltiem(G;P;SE)	50		
tēja citronu ar upenēm	200	salāti Raibie	50		
		deserts dzērveņu uzpūtenis (G)	80		
		Bio piens (P)	100		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.4/8		
		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, saskaņojot ar administrāciju.

Ēdienkarti apstiprina ja medmāsa:

Ēdienkarti sastādīja SIA "Saules teļa 3" valdes locekle:

SI-sinepes.