

1.- 4.klase		DĪĒTAS ĒDIENKARTE (Celiakija)		08. - 12. septembris	
Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS grami	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUSDIENAS grami	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
salāti Pupiņu ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	100	piedeva vārīti rīsi	120	pankūkas kartupeļu ar bezglutēna miltiem	100
bezglutēna maize ar sviestu (P)	25	vistas gaļas strēmelītes mērcē,bezglutēna milti	80	ievārījums meža ogu	15
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	salāti"Kraukšķīgie"(P)	50	apelsīnu sula	150
		deserts ābolu ķīselis	150		
		rīsu galetes	6		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1/7.5		
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
biezputra rīsu (P)	200	zupa skābeņu ar vistas gaļu un krējumu(P;O)	180	salāti Dārzu rasols (P)	100
ievārījums ābolu- upeņu	20	vārīti bezglutēna makaroni ar sieru(P)	150	bezglutēna sviestmaize ar sieru (P)	30
bezglutēna sviestmaize ar desu (P)	35	svaigi tomāti	50	tēja citronu ar upenēm	200
tēja citronu ar avenēm	200				
		bezglutēna maize	32		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1/0		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
biezputra kukurūzas (P)	200	piedeva kartupeļu biezenis (P)	200	salāti Mājas rasols (P;O)	100
ievārījums meža ogu	15	maltās gaļas mērcē(bezglutēna milti) (P)	100	bezglutēna maize ar sviestu (P)	30
bezglutēna maize ar dabīgo gaļas ruleti	35	salāti skābu kāpostu ar lociņiem un eļļu	60	sulas dzēriens ābolu	200
tēja (kumelišu) ar cukuru	200	apelsīnu sula	150		
		banāns	150		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.2/0		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
olu kultenis (P;O)	100	zupa Mājas ar gaļu un marinētiem gurķiem (P)	300	plānās pankūkas ar gaļu (bezgl.milti)(P;O)	100
bezglutēna maize ar sviestu (P)	30	deserts saldā biežpiena masa(P)	50	skābais krējums 20%(P)	20
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	saldā ķiršu sulas mērce	100	tēja (augļu mix) ar cukuru	200
		bezglutēna maize	26		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.2/10		
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
salāti Rīsu ar vistas gaļu(majonēze(Olu dzelt.pulv)	100	piedeva vārīti kartupeļi	200	saldās kukurūzas pārslas	20
		dabīga cūkgāļas kotlete (bez miltiem, olām)	70	piens (P)	150
bezglutēna maize ar sv.gurķi	35	mērce (bezglutēna miltiem)(P)	50	bezglutēna maize ar olu (O)	40
tēja (zaļā) ar cukuru	200	salāti Biešu- ābolu	50		
		deserts dažādu ogu ķīselis	100		
		putukrējums (P)	25		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs			
		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 apstiprina 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.