1.- 4.klase	ĒDIENKARTE	27. - 31. oktobris

	BROKASTIS		PUSDIENAS		LAUNAGS
Ēdiena nosaukums (alergēni*)	grami	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	grami	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	grami
PIRMDIENA		**PIRMDIENA**		**PIRMDIENA**	
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	pamatēd.raibie rīsi ar vistas gaļu	200	salāti Dārzeņu rasols (P)	100
ievārījums ābolu džems	20	salāti ķinas kāpostu ar krējumu (P)	60	saldskābmaize ar sviestu (G;P)	37
graudu maize ar kausēto sieru (G;P)	40	deserts augļu- ogu biezais ķīselis	80	sulas dzēriens ābolu	200
tēja citronu ar upenēm	200	piens (P)	100		
		apelsīnu sula	150		
		0			
		0			
kopā		**kopā**		**kopā**	
		sāls/cukurs	1.04/8		
OTRDIENA		**OTRDIENA**		**OTRDIENA**	
biezpiens vājpiena ar krējumu (P)	100	zupa dārzeņu ar vistas gaļu un kausēto sieru(P)	200	sviestmaize ar maltās gaļas ruleti (G;P)	50
kliju spēkavota maize(G)	25	piedeva 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			
kopā		**kopā**		**kopā**	
		sāls/cukurs	0.8/0		
TREŠDIENA		**TREŠDIENA**		**TREŠDIENA**	
biezputra četrgraudu (G;P)	200	piedeva vārīti kartupeļi	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 Pusdienu (P)	50		
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	deserts biezais piena ķīselis (P)	80		
		saldā jāņogu sulas mērce	100		
		0			
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	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			
kopā		**kopā**		**kopā**	
		sāls/cukurs	1.4/4.5		
PIEKTDIENA		**PIEKTDIENA**		**PIEKTDIENA**	
biezputra piecgraudu (G:P)	200	piedeva kartupeļu biezenis (P)	200	smalkmaizīte magoņu(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		
		piens (P)	100		
kopā		**kopā**		**kopā**	
		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 piegades aizkavēšanās vai citu neplānotu apstakļu dēļ) ēdienkarte var tikt mainīta, saskānojot ar administrāciju.
Ēdienkarti apstiprinaja medmāsa: Ēdienkarti sastādija SIA"Saules ieleja 3"valdes locekle:

sinepes.