

5.- 9.klase		ĒDIENKARTE		10. - 14. novembris	
Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUŠDIENAS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
		pamatēd.krāsainie makaroni ar vistas gaļu(G)	200		
		salāti burkānu ar mārutkiem un krējumu (P)	70		
		deserts dažādu ogu ķīselis	100		
		putukrējums (P)	20		
		baltmaize, rupjmaize (G)	56		
		ūdens ar citroniem	200		
		0			
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.28/8.36		
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
		zupa skābeņu ar vistas gaļu un krējumu(P;O)	250		
		deserts mango krēms (P)	80		
		saldā mērce ābolu sulas	100		
		baltmaize, rupjmaize (G)	45		
		apelsīnu sula	150		
		0			
		0			
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1/9.6		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
		piedeva kartupeļu biezenis (P)	250		
		pamatēd. kotlete Mājas (G;O)	80		
		salāti Raibie	70		
		mērce krējuma (G;P;SE)	50		
		deserts dzērveņu uzpūtenis (G)	80		
		piens (P)	150		
		0			
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.8/8		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
		zupa dārzeņu ar vistas gaļu	180		
		piedeva vārīti griķi	180		
		pamatēd.maltās gaļas mērce (G;P)	80		
		salāti Biešu ar zaļumiem un eļļu	50		
		baltmaize, rupjmaize (G)	36		
		ūdens ar citroniem	200		
		0			
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.84/6		
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
		piedeva vārīti kartupeļi	250		
		pamatēd. cūkgāļas gulašs (G;P)	80		
		svaigu kāpostu salāti	60		
		smalkmaizīte maģoņu(G;O)	70		
		sulas dzēriens ābolu- jāņogu	150		
		baltmaize, rupjmaize (G)	36		
		0			
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.6/8		
		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, saskāņojot ar administrāciju.
 Ēdienkarti apstiprina ja medmāsa:

Ēdienkarti sastādīja SIA"Saules ieleja 3"valdes locekle:

* **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.