

1.- 4.klase		DIĒTAS ĒDIENKARTE (Laktoze)		04. - 07. novembris	
Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs			
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
biezputra piecgraudu (rīsu dzēriens) (G)	200	zupa biešu ar cūkgaļu un krējumu(P)	200	salāti Dārzenu rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	100
ievārījums ābolu- upeņu	15	ievārījuma maizīte (G)	60	rupjmaize (G)	16
baltmaize ar desu (G) (bez sviesta)	35	sulas dzēriens ābolu	200	tēja citronu ar upenēm	150
tēja citronu ar avenēm	150	rupjmaize (G)	30		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1/7.5		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
biezputra mannas(rīsu dzēriens) (G)	200	piedeva vārīti kartupeļi	200	pankūkas kartupeļu (G;O)	100
ievārījums meža ogu	15	pamatēd.maltās gaļas mērce bez krējuma(G)	80	ievārījums ābolu- upeņu	30
tēja (kumelišu) ar cukuru	200	svaigu kāpostu salāti	75	sulas dzēriens ābolu	150
		deserts jāņogu uzpūtenis (G)	100		
		piens mandeļu (mandeļu dzēriens bez cukura)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.12/10		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
salāti Rūjienas ar majonēzi	100	zupa Mājas ar gaļu un marinētiem gurķiem (bez krējuma)	200	smalkmaizīte kanēja (G)	70
baltmaize (G)	20	pamatēd.dārzenu sautējums ar cūkgaļu	180	tēja (augļu mix) ar cukuru	200
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	sulas dzēriens ābolu	200		
		rupjmaize (G)	26		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.6/6		
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
biezputra auzu (rīsu dzēriens) (G)	200	piedeva vārīti kartupeļi	200	salāti Mājas rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	100
ievārījums ķiršu - ābolu	20	pamatēd.maltās vistas gaļas veltnītis (G;O)	70	rupjmaize (G)	16
baltmaize ar dabīgo gaļas ruleti (bez sviesta)(G)	35	mērce ar pilngraudu miltiem(mandeļu piens)(G;SE)	50	tēja citronu ar ķiršiem	150
tēja (zaļā) ar cukuru	200	salāti Biešu- ābolu	50		
		banāns	120		
		sulas dzēriens ābolu- zemeņu	200		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.48/6		
		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 nepilānotu 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 līpekli (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.