

1.- 4.klase		ĒDIENKARTE		08. - 12. decembris	
Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
salāti ar zivi (heka fileja) (Z;O)	100	pamatēd.krāsainie makaroni ar vistas gaļu(G)	200	deserts kukurūzas pārslas (G)	25
saldskābmaize ar sviestu (G;P)	25	salāti burkānu ar mārutkiem un krējumu (P)	50	piens (P)	150
tēja (zaļā) ar cukuru	200	deserts dažādu ogu ķīselis	100	sviestmaize ar desu (G;P)	35
		putukrējums (P)	20		
		baltmaize, rupjmaize (G)	36		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.08/8.36		
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
biezputra mannas (G;P)	200	zupa skābeņu ar vistas gaļu un krējumu(P;O)	250	biezpiena sierīņš KĀRUMS vaniļas(P)	40
ievārījums ķiršu - ābolu	20	deserts biežais piena ķīselis (P)	80	sviestmaize ar maltās gaļas ruleti (G;P)	45
tēja (augļu mix) ar cukuru	200	saldā mērce dzērveņu	100	tēja citronu ar avenēm	200
		rupjmaize (G)	36		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1/7.2		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
biezpiens vājpiena ar krējumu (P)	100	piedeva vārīti kartupeļi	200	piena zupa ar makaroniem (P;G)	250
rupjmaize ar sviestu (G;P)	35	pamatēd. cūkgāļas gulašs (G;P)	80	baltmaize ar ābolu džemu (G)	30
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	salāti Raibie	50		
		deserts dzērveņu uzpūtenis (G)	80		
		piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.48/8		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
salāti Dārzeņu rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	120	zupa dārzeņu ar vistas gaļu	180	trijstūrmaize ar p/ž desu un sv.gurķi(G;P)	50
baltmaize (G)	20	piedeva vārīti griķi	180	tēja (ķimeņu) ar cukuru	200
dzēriens miežu kafijas ar pienu (G;P)	200	pamatēd.maltās gaļas mērce (G;P)	50	bumbieris	75
		salāti Biešu ar zaļumiem un eļļu	60		
		baltmaize, rupjmaize (G)	16		
		ūdens ar citroniem	150		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.68/4.5		
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	piedeva kartupeļu biezenis (P)	200	salāti Rīsu ar vistas gaļu(majonēze(Olu dzelt.pulv)	100
ievārījums ķiršu - ābolu	20	pamatēd.maltās vistas gaļas veltnītis (G;O)	60	rupjmaize (G)	20
sviestmaize ar sv.gurķi (P;G)	30	mērce krējuma (G;P;SE)	30	sulas dzēriens ābolu- ķiršu	200
tēja (zaļā) ar cukuru	200	svaigu kāpostu salāti	50		
		deserts mango krēms (P)	50		
		saldā mērce ābolu sulas	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.48/8		
		pēc dienas uztura normas	2/20		

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 apstiprināja 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.