

1.- 4.klase		ĒDIENKARTE		01. - 05. decembris	
Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
salāti Pupiņu ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	100	piedeva vārīti griķi	120	piena zupa ar rīsiem (P)	200
baltmaize ar sviestu (G;P)	20	pamatēd.vistas gaļas strēmelītes mērcē (G;P)	80	saldskābmaize ar sviestu (G;P)	30
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	salāti"Kraukšķīgie"(P)	50		
		biezputra mannas (G;P)	70		
		saldā mērce ar jānogām	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	0.8/5		
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
biezputra piecgraudu (G;P)	200	zupa skābeņu ar vistas gaļu un krējumu(P;O)	180	salāti Dārzenu rasols (P)	100
ievārījums ābolu- upeņu	20	vārīti makaroni ar sieru(P;G)	160	sviestmaize ar sieru (G;P)	30
sviestmaize ar desu (G;P)	35	svaīgi tomāti	50	tēja citronu ar upenēm	200
tēja citronu ar avenēm	200	sulas dzēriens ābolu- jānogu	150		
		baltmaize, rupjmaize (G)	16		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.44/6		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
biezputra mannas (G;P)	200	piedeva kartupeļu biezenis (P)	220	salāti Mājas rasols (P;O)	100
ievārījums meža ogu	15	pamatēd.maltās gaļas mērce (G;P)	80	saldskābmaize ar sviestu (G;P)	35
sviestmaize ar maltās gaļas ruleti (G;P)	35	salāti skābu kāpostu ar lociņiem un eļļu	50	sulas dzēriens ābolu	200
tēja (kumelišu) ar cukuru	200	deserts jānogu uzpūtenis (G)	80		
		piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.24/8		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
olu kultenis (P;O)	100	zupa pupiņu ar cūkgaļu	250	smalkmaizīte siera (G;P;O)	70
rupjmaize ar sviestu (G;P)	37	deserts saldā biezpiena masa(P)	50	tēja (augļu mix) ar cukuru	200
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	saldā ķiršu sulas mērce	100		
svaīgi tomāti	50	baltmaize, rupjmaize (G)	36		
		ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1/10		
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	piedeva vārīti kartupeļi	200	deserts kukurūzas pārslas (G)	20
ievārījums ķiršu - ābolu	15	pamatēd.zivs kotlete (heka fileja)(Z;G;O)	70	piens (P)	150
		mērce tomātu- krējuma ar pilngraudu miltiem(G;P;SE)	50	trijstūrmaize ar olu un sieru(G;O;P)	50
sviestmaize ar sv.gurķi (P;G)	35	salāti Biešu ar zaļumiem un eļļu	50		
tēja (zaļā) ar cukuru	200	deserts dažādu ogu ķiselis	120		
		putukrējums (P)	20		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.28/9.2		
		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 apstākļu dēļ) ēdienkarte var tikt mainīta, saskāņojot ar administrāciju.
Ēdienkarti apstiprināja medmāsa: Edienkarti sastādīja SIA"Saules ieleja 3"valdes locekle:
* **G**- graudaugi, kas satur lipekli (glutēnu), **O**- olas un to produkti, **Z**- zivs un to produkti, **ZR**- zemesrieksti, **P**- piens un to produkti, **R**- rieksti, **S**- sezama sēklas un to produkti, **SI**-sinepes.