

3 - 6 gadi		ĒDIENKARTE		01. - 05. decembris	
Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS grami	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUŠDIENAS grami	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS 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	1.4/5.8		
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
biezputra piecgraudu (G;P)	150	zupa skābeņu ar vistas gaļu un krējumu(P;O)	180	salāti Dārzu rasols (P)	100
ievārījums ābolu- upeņu	20	vārīti makaroni ar sieru(P;G)	160	sviestmaize ar sieru (G;P)	20
sviestmaize ar desu (G;P)	20	svaigi tomāti	50	tēja citronu ar upenēm	200
		sulas dzēriens ābolu- jānogu	150		
tēja citronu ar avenēm	200	rupjmaize (G)	20		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.2/4.5		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
biezputra mannas (G;P)	150	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)	25
sviestmaize ar maltās gaļas ruleti (G;P)	30	salāti skābu kāpostu ar lociņiem un eļļu	50	sulas dzēriens ābolu	150
tēja (kumelišu) ar cukuru	200	deserts jānogu uzpūtenis (G)	80		
		piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.32/8		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
olu kultenis (P;O)	100	zupa pupiņu ar cūkgaļu	200	smalkmaizīte siera (G;P;O)	70
rupjmaize ar sviestu (G;P)	25	deserts saldā biežpiena masa(P)	50	tēja (augļu mix) ar cukuru	150
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	saldā ķiršu sulas mērce	120		
		rupjmaize (G)	42		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.4/10		
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)	60	piens (P)	100
		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)	30	salāti Biešu ar zaļumiem un eļļu	50		
tēja (zaļā) ar cukuru	200	deserts dažādu ogu ķīselis	100		
		putukrējums (P)	15		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.44/9.16		
		pēc dienas uztura normas	2/11		

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 PII vadītāja: Ēdienkarti sastādīja SIA"Saules ieleja 3"valdes locekle:
 Ēdienkarte saskaņota ar PII medmāsu:
 * **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.