

1.- 4.klase		ĒDIENKARTE		02. -06. februāris	
Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS grami	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUSDIENAS grami	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	pamatēd.makaroni ar malto gaļu (G)	200	plānās pankūkas (G;O)	100
ievārījums ābolu džems	20	salāti ķīnas kāpostu ar krējumu (P)	50	ievārījums dzērveņu- ābolu	20
sviestmaize ar desu (G;P)	35	putukrējums (P)	20	tēja citronu ar avenēm	200
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	saldā ķiršu sulas mērce	110		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1/8.36		
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
biezpiens vājpiena ar krējumu (P)	100	zupa Mājas ar gaļu un marinētiem gurķiem (P)	250	sviestmaize ar sieru (G;P)	40
rupjmaize ar sviestu (G;P)	25	deserts jāņogu uzpūtenis (G)	80	banāns	100
		piens (P)	100	tēja (kumelīšu) ar cukuru	200
tēja (augļu mix) ar cukuru	200	baltmaize, rupjmaize (G)	50		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	0.8/8		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
biezputra piecgraudu (G;P)	200	piedeva vārīti griķi	180	piena zupa ar rīsiem (P)	250
ievārījums ābolu- upeņu	20	pamatēd.kurzemes strogonovs (G;P)	80	baltmaize ar ābolu džemu (G)	25
graudu maize ar kausēto sieru (G;P)	25	salāti"Kraukšķīgie"(P)	50		
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	deserts augļu- ogu biežais ķīselis	80		
		piens (P)	100		
		ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.24/8		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
pankūkas rauga (G;O;P)	100	zupa dārzeņu ar vistas gaļu	200	saldās kukurūzas pārslas	20
ievārījums aprikožu	15	vārīti makaroni ar sieru(P;G)	150	piens (P)	150
tēja citronu ar upenēm	200	svaīgi tomāti	50	sviestmaize ar olu (G;P;O)	35
		baltmaize, rupjmaize (G)	26		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	0.8/9.36		
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
biezputra četrgraudu (G;P)	200	piedeva vārīti kartupeļi	200	deserts biežpiena plātsmaize (G;P;O)	100
ievārījums ābolu- upeņu	20	svaigu kāpostu salāti	50	bumbieris	75
tēja (zaļā) ar cukuru	200	mērce krējuma ar pilngraudu miltiem(G;P;SE)	30	tēja (kumelīšu) ar cukuru	200
		pamatēd. cūkgaļas šņicele (G;O)	60		
		biežpiena sieriņš KĀRUMS vaniļas(P)	40		
		ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.44/5		
		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 apstiprina ja medmāsa:
SI-sinepes.

Ēdienkarti sastādīja SIA"Saules ieleja 3"valdes locekle: