

| Ēdiena nosaukums (alerģēni*)                    | BROKASTIS | Ēdiena nosaukums (alerģēni*)                           | PUSDIENAS | Ēdiena nosaukums (alerģēni*)                        | LAUNAGS |
|-------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------|---------|
|                                                 | grami     |                                                        | grami     |                                                     | grami   |
| PIRMDIENA                                       |           | PIRMDIENA                                              |           | PIRMDIENA                                           |         |
| biezputra auzu (rīsu dzēriens) (G)              | 150       | pamatēd.makaroni ar malto gaļu (G)                     | 200       | salāti Dārzenu rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)   | 100     |
| ievārījums ābolu džems                          | 15        | svaigi gurķi                                           | 50        | rupjmaize (G)                                       | 30      |
| baltmaize ar desu (G) (bez sviesta)             | 30        | banāns                                                 | 100       | tēja citronu ar upenēm                              | 150     |
| tēja (piparmētru) ar cukuru                     | 200       | apelsīnu sula                                          | 200       |                                                     |         |
|                                                 |           |                                                        |           |                                                     |         |
|                                                 |           |                                                        |           |                                                     |         |
|                                                 |           |                                                        |           |                                                     |         |
| kopā                                            |           | kopā                                                   |           | kopā                                                |         |
|                                                 |           | sāls/cukurs                                            | 0.8/0     |                                                     |         |
| OTRDIENA                                        |           | OTRDIENA                                               |           | OTRDIENA                                            |         |
| salāti ar zivi (heka fileja) (Z;O)              | 100       | zupa Mājas ar gaļu un marinētiem gurķiem (bez krējuma) | 250       | rozīņu pitā maizīte (G)                             | 70      |
| baltmaize (G)                                   | 20        | deserts jāņogu uzpūtenis (G)                           | 80        | tēja citronu ar avenēm                              | 200     |
| tēja (augļu mix) ar cukuru                      | 200       | piens mandeļu (mandeļu dzēriens bez cukura)            | 100       |                                                     |         |
|                                                 |           | baltmaize, rupjmaize (G)                               | 52        |                                                     |         |
|                                                 |           |                                                        |           |                                                     |         |
|                                                 |           |                                                        |           |                                                     |         |
|                                                 |           |                                                        |           |                                                     |         |
|                                                 |           |                                                        |           |                                                     |         |
| kopā                                            |           | kopā                                                   |           | kopā                                                |         |
|                                                 |           | sāls/cukurs                                            | 1/7       |                                                     |         |
| TREŠDIENA                                       |           | TREŠDIENA                                              |           | TREŠDIENA                                           |         |
| biezputra piecgraudu (auzu dzēriens) (G)        | 200       | piedeva vārīti kartupeļi                               | 220       | deserts kukurūzas pārslas (G)                       | 30      |
| ievārījums ābolu- upeņu                         | 15        | kurzemes strogonovs bez krējuma                        | 90        | piens mandeļu (mandeļu dzēriens bez cukura)         | 150     |
| maize ar sēklām (G)                             | 25        | salāti Biešu- ābolu                                    | 60        | banāns                                              | 100     |
| tēja (ķimeņu) ar cukuru                         | 200       | deserts augļu- ogu biežais ķīselis                     | 80        |                                                     |         |
|                                                 |           | piens mandeļu (mandeļu dzēriens bez cukura)            | 100       |                                                     |         |
|                                                 |           |                                                        |           |                                                     |         |
|                                                 |           |                                                        |           |                                                     |         |
| kopā                                            |           | kopā                                                   |           | kopā                                                |         |
|                                                 |           | sāls/cukurs                                            | 1.12/8    |                                                     |         |
| CETURTDIENA                                     |           | CETURTDIENA                                            |           | CETURTDIENA                                         |         |
| salāti Mājas rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv) | 100       | zupa makaronu ar vistas gaļu (G)                       | 200       | pankūkas kartupeļu (G;O)                            | 100     |
| rupjmaize (G)                                   | 25        | pamatēd.dārzenu sautējums bez krējumu                  | 180       | ievārījums ķiršu džems                              | 15      |
| tēja citronu ar upenēm                          | 200       | svaigi gurķi                                           | 50        | sulas dzēriens ābolu- zemeņu                        | 200     |
|                                                 |           | sulas dzēriens ābolu- dzērveņu                         | 200       | bumbieris                                           | 100     |
|                                                 |           | baltmaize, rupjmaize (G)                               | 36        |                                                     |         |
| kopā                                            |           | kopā                                                   |           | kopā                                                |         |
|                                                 |           | sāls/cukurs                                            | 1.68/6    |                                                     |         |
| PIEKTDIENA                                      |           | PIEKTDIENA                                             |           | PIEKTDIENA                                          |         |
| biezputra kukurūzas (bez piena)                 | 150       | piedeva vārīti kartupeļi                               | 200       | salāti Rīsu ar vistas gaļu(majonēze(Olu dzelt.pulv) | 100     |
| ievārījums ķiršu - ābolu                        | 15        | svaigu kāpostu salāti                                  | 50        | tēja (piparmētru) ar cukuru                         | 200     |
| baltmaize (G)                                   | 20        | pamatēd. cūkgaļas šņicele (G;O)                        | 60        | rupjmaize (G)                                       | 16      |
| vārīta ola                                      | 40        | mērce bez krējuma (G;SE)                               | 50        |                                                     |         |
| tēja (zaļā) ar cukuru                           | 200       | smalkmaizīte kanēļa (G)                                | 70        |                                                     |         |
| kopā                                            |           |                                                        |           | kopā                                                |         |
|                                                 |           |                                                        |           |                                                     |         |
|                                                 |           | sāls/cukurs                                            | 1.44/6.6  |                                                     |         |
|                                                 |           | 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 neplānotu apstākļu dēļ) ēdienkarte var tikt mainīta, saskāņojot ar administrāciju.  
Ēdienkarti apstiprināja PII vadītāja: 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.