

1.- 4.klase		ĒDIENKARTE		12. -16. oktobris	
Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	zupa dārzeņu ar vistas gaļu un ziedkapostiem	180	plānās pankūkas (G;O)	100
ievārījums ābolu džems	20	pamatēd.makaroni ar malto gaļu (G)	180	ievārījums dzērveņu- ābolu	20
sviestmaize ar desu (G;P)	35	salāti burkānu ar sēkliņām	50	tēja citronu ar avenēm	200
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	baltmaize, rupjmaize (G)	56		
		ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs		1.44/0	
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
biezpiens vājpiena ar krējumu (P)	100	piedeva vārīti griķi	180	piena zupa ar makaroniem (P;G)	250
rupjmaize ar sviestu (G;P)	25	pamatēd.kurzemes strogonovs (G;P)	80	baltmaize ar ābolu džemu (G)	25
		salāti Raibie	50		
tēja (augļu mix) ar cukuru	200	deserts augļu- ogu biezais ķīselis	80		
		piens (P)	100		
		ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs		1/4	
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
biezputra piecgraudu (G;P)	200	zupa rīsu ar dārzeņiem un vistas gaļu	200	sviestmaize ar sieru (G;P)	40
ievārījums ābolu- upeņu	20	pamatēd.dārzeņu sautējums ar krējumu(P)	180	banāns	100
graudu maize ar kausēto sieru (G;P)	25	baltmaize, rupjmaize (G)	56	tēja (kumelīšu) ar cukuru	200
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs		1.52/0	
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
pankūkas rauga (G;O;P)	100	piedeva kartupeļu biezenis (P)	200	saldās kukurūzas pārslas	20
ievārījums aprikožu	15	salāti Biešu ar marinētiem gurķiem	50	piens (P)	150
tēja citronu ar upenēm	200	mērce krējuma ar pilngraudu miltiem(G;P;SE)	50	sviestmaize ar olu (G;P;O)	35
		pamatēd. cūkaļas šnicele (G;O)	60		
		deserts svaigu ogu uzpūtenis (G)	70		
		piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs		1.36/7	
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
biezputra četrgraudu (G;P)	200	zupa Mājas ar gaļu un marinētiem gurķiem (P)	160	sviesta kruasāns (G;P)	50
ievārījums ābolu- upeņu	20	vārīti makaroni ar sieru(P;G)	160	tēja (kumelīšu) ar cukuru	200
tēja (zaļā) ar cukuru	200	svaigu kāpostu salāti	50	bumbieris	75
		graudu maize (G)	32		
		ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs		1.28/0	
		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:

Ēdienkarti sastādīja SIA"Saules ieleja 3"valdes locekle:

sinepes.