1.- 4.klase	ĒDIENKARTE	16. - 20. novembris

BROKASTIS		PUSDIENAS		LAUNAGS	
Ēdiena nosaukums (alergēni*)	grami	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	grami	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	grami
PIRMDIENA		**PIRMDIENA**		**PIRMDIENA**	
plānās pankūkas (G;O)	100	zupa biešu ar krējumu(P)	160	smalkmaizīte kanēļa (G)	60
ievārījums dzērveņu- ābolu	20	piedeva vārīti griķi	120	tēja (augļu mix) ar cukuru	200
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	pamatēd.vistas gaļas strēmelītes mērcē (G;P)	60	bumbieris	75
		svaigu kāpostu salāti	50		
		baltmaize, rupjmaize (G)	36		
kopā		**kopā**		**kopā**	
		sāls/cukurs	1.36/0		
OTRDIENA		**OTRDIENA**		**OTRDIENA**	
biezputra piecgraudu (G:P)	200	piedeva kartupeļu biezenis (P)	220	plānās pankūkas ar gaļu (G;O)	100
ievārījums ābolu- upeņu	20	pamatēd. kotlete Mājas (G;O)	70	skābais krējums 20%(P)	20
sviestmaize ar desu (G;P)	35	mērce krējuma (G;P;SE)	50	tēja citronu ar upenēm	200
tēja citronu ar avenēm	200	gurķis mazsālīts	50		
		deserts jāņogu uzpūtenis (G)	70		
		piens (P)	100		
kopā		**kopā**		**kopā**	
		sāls/cukurs	1.4/8		
TREŠDIENA		**TREŠDIENA**		**TREŠDIENA**	
		BRĪVDIENA			
kopā		**kopā**		**kopā**	
		sāls/cukurs			
CETURTDIENA		**CETURTDIENA**		**CETURTDIENA**	
olu kultenis (P;O)	100	piedeva vārīti kartupeļi	200	piena zupa ar makaroniem (P;G)	200
rupjmaize ar sviestu (G;P)	37	pamatēd.maltās gaļas mērce (G;P)	80	saldskābmaize ar sviestu (G;P)	30
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	salāti Biešu ar zaļumiem un eļļu	50		
svaigi tomāti	50	biezputra mannas (G;P)	70		
		saldā mērce ābolu sulas	100		
		baltmaize, rupjmaize (G)	42		
kopā		**kopā**		**kopā**	
		sāls/cukurs	1.48/5		
PIEKTDIENA		**PIEKTDIENA**		**PIEKTDIENA**	
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	zupa pupiņu ar cūkgaļu	250	deserts kukurūzas pārslas (G)	20
ievārījums ķiršu - ābolu	15	putukrējums (P)	20	piens (P)	150
sviestmaize ar sv.gurķi (P;G)	35	saldā ķiršu sulas mērce	100	trijstūrmaize ar olu un sieru(G;O;P)	50
tēja (zaļā) ar cukuru	200	graudu maize, rupjmaize (G)	36		
		ūdens ar citroniem	150		
kopā		**kopā**		**kopā**	
		sāls/cukurs	1/8.36		
		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 apstakļu dēļ) ēdienkarte var tikt mainīta, saskānojot ar administrāciju.

Ēdienkarti apstiprinaja medmāsa: Ēdienkarti sastādija 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.