

5.-12.klase		ĒDIENKARTE		09.- 13. marts	
Ēdiena nosaukums (alergēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
biezputra septingraudu (G;P)	200	piedeva vārīti griķi	220	piena zupa ar dārzeņiem (P)	250
ievārījums ābolu- upeņu	20	pamatēd.vistas gaļas strēmēlītes mērcē (G;P)	80	saldušāmaize ar sviestu (G;P)	30
sviestmaize ar olu (G;P;O)	35	salāti burkānu ar sēkliņām	60		
tēja (augļu mix) ar cukuru	200	deserts biežais piens ķīselis (P)	80	SKOLAS auglis	100
		salda mērce ar jānogām	100		
		ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
			sāls/cukurs	1.31/12.1	
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
salāti Dārzu rasols (P)	100	zupa skābeņu ar vistas gaļu un krējumu(G;P;O)	300	pamatēd.dārzu sautējums ar krējumu(P)	200
graudu maize ar kausēto sieru (G;P)	30	deserts zemeņu krēms (P)	80	tēja citronu ar avenēm	200
tēja (kumeliņu) ar cukuru	200	salda mērce ābolu sulas	150		
		baltmaize, rupjmaize (G)	56		
SKOLAS piens (P)	200	ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
			sāls/cukurs	1.2/15.38	
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
biezputra mannas (G;P)	200	piedeva vārīti makaroni (G)	200	piena zupa ar rīsiem (P)	250
ievārījums meža ogu	20	pamatēd.maltās gaļas mērce (G;P)	80	rupjmaize ar sviestu (G;P)	37
sviestmaize ar desu (G;P)	30	salāti" Kraukšķīgie"(P)	70	SKOLAS auglis	100
tēja (Karkade ziedlapu) ar cukuru	200	deserts upeņu uzpūtenis (G)	100		
		piens (P)	150		
		ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
			sāls/cukurs	1.32/19.05	
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
salāti Pupiņu ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	80	zupa dārzeņu ar vistas gaļu un kausēto sieru	300	smalkmaizīte kanēja (G;P)	70
baltmaize ar sviestu (G;P)	30	deserts biežpiena krēms (P)	80	tēja citronu ar upenēm	200
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	salda ķiršu sulas mērce	150	sviestmaize ar sv.gurķi (P;G)	40
		baltmaize, rupjmaize (G)	65		
SKOLAS piens (P)	200	sulas dzēriens ābolu- ķiršu	200		
kopā		kopā		kopā	
			sāls/cukurs	1.52/7.88	
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	piedeva vārīti kartupeļi	250	deserts kukurūzas pārslas (G)	25
ievārījums ķiršu - ābolu	20	pamatēd.zivs kotlete (heka fileja)(Z;G;O)	80	piens (P)	150
sviestmaize ar sieru (G;P)	35	mērce tomātu- krējuma ar pilngraudu miltiem(G;P;SE)	50	smalkmaizīte siera (G;P;O)	70
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	salāti Biešu- ābolu	80		
		deserts dažādu ogu ķīselis	80		
		piens (P)	150		
		baltmaize, rupjmaize (G)	52		
kopā		kopā		kopā	
			sāls/cukurs	1.2/19.75	
		pēc dienas uztura normas		2/20	

Ēdienkarte sastādīta saskaņā ar MK noteikumiem Nr.172 no 13.03.2012 , MK noteikumiem Nr.535 no 26.08.2018 un EP un Padomes regulas Nr.1169/2011

Nepieciešamības gadījumā (pārtikas piegādes aizkavēšanās vai citu neplānotu apstākļu dēļ) ēdienkarte var tikt mainīta, saskaņojot ar administrāciju.

Ēdienkarti apstiprināja medmāsa:

Ēdienkarti sastādīja SIA "Saules ieleja 3"valdes locekle:

* G- graudaugi, kas satur līpekli (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.

5.-12.klase		ĒDIENKARTE		09.- 13. marts	
Ēdiena nosaukums (alergēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA					
biezputra septingraudu (G;P)	200	piedeva vārīti griķi	220	piena zupa ar dārzeņiem (P)	250
ievārījums ābolu- upeņu	20	pamatēd.vistas gaļas strēmēlītes mērcē (G;P)	80	saltskābmaize ar sviestu (G;P)	30
sviestmaize ar olu (G;P;O)	35	salāti burkānu ar sēkliņām	60		
tēja (augļu mix) ar cukuru	200	deserts biežais piens ķīselis (P)	80	SKOLAS auglis	100
		salda mērce ar jānogām	100		
		ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
			sāls/cukurs	1.31/12.1	
OTRDIENA					
salāti Dārzu rasols (P)	100	zupa skābeņu ar vistas gaļu un krējumu(G;P;O)	300	pamatēd.dārzu sautējums ar krējumu(P)	200
graudu maize ar kausēto sieru (G;P)	30	deserts zemeņu krēms (P)	80	tēja citronu ar avenēm	200
tēja (kumelišu) ar cukuru	200	salda mērce ābolu sulas	150		
		baltmaize, rupjmaize (G)	56		
SKOLAS piens (P)	200	ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
				sāls/cukurs	1.2/15.38
TREŠDIENA					
biezputra mannas (G;P)	200	piedeva vārīti makaroni (G)	200	piena zupa ar rīsiem (P)	250
ievārījums meža ogu	20	pamatēd.maltās gaļas mērce (G;P)	80	rupjmaize ar sviestu (G;P)	37
sviestmaize ar desu (G;P)	30	salāti" Kraukšķīgie"(P)	70	SKOLAS auglis	100
tēja (Karkade ziedlapu) ar cukuru	200	deserts upeņu uzpūtenis (G)	100		
		piens (P)	150		
		ūdens ar citroniem	200		
kopā		kopā		kopā	
				sāls/cukurs	1.32/19.05
CETURTDIENA					
salāti Pupiņu ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	80	zupa dārzu ar vistas gaļu un kausēto sieru	300	smalkmaizīte kanēja (G;P)	70
baltmaize ar sviestu (G;P)	30	deserts biežpiena krēms (P)	80	tēja citronu ar upenēm	200
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	salda ķiršu sulas mērce	150	sviestmaize ar sv.gurķi (P;G)	40
		baltmaize, rupjmaize (G)	65		
SKOLAS piens (P)	200	sulas dzēriens ābolu- ķiršu	200		
kopā		kopā		kopā	
				sāls/cukurs	1.52/7.88
PIEKTDIENA					
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	piedeva vārīti kartupeļi	250	deserts kukurūzas pārslas (G)	25
ievārījums ķiršu - ābolu	20	pamatēd.zivs kotlete (heka fileja)(Z;G;O)	80	piens (P)	150
sviestmaize ar sieru (G;P)	35	mērce tomātu- krējuma ar pilngraudu miltiem(G;P;SE)	50	smalkmaizīte siera (G;P;O)	70
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	salāti Biešu- ābolu	80		
		deserts dažādu ogu ķīselis	80		
		piens (P)	150		
		baltmaize, rupjmaize (G)	52		
kopā		kopā		kopā	
				sāls/cukurs	1.2/19.75
		pēc dienas uztura normas		2/20	

Ēdienkarte sastādīta saskaņā ar MK noteikumiem Nr.172 no 13.03.2012 , MK noteikumiem Nr.535 no 26.08.2018 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 medmāsa:

Ēdienkarti sastādīja SIA "Saules ieleja 3"valdes locekle:

* G- graudaugi, kas satur līpekli (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.