

Ēdiena nosaukums (alergēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
<b>PIRMDIENA</b>					
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	pamatēd.krāsainie makaroni ar vistas gaļu(G)	300	pamatēd.dārzenu sautējums ar krējumu(P)	180
ievārījums ābolu džems	20	salāti Pusdienu (P)	70	rupjmaize ar sviestu (G;P)	37
sviestmaize ar sv.gurķi (P;G)	40	upeņu ķīselis	150	tēja (kumelīšu) ar cukuru	200
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	putukrējums (P)	25		
		ūdens ar citroniem	200		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.25/16		
<b>OTRDIENA</b>					
biezpiens vājpiena ar krējumu (P)	100	zupa Solanka (P)	250	salāti Pupiņu (P)	100
sviestmaize ar desu (G;P)	35	deserts jāņogu uzpūtenis (G)	90	smalkmaizīte siera (G;P;O)	40
svaigi tomāti	30	piens (P)	100	tēja citronu ar avenēm	150
tēja (Karkade ziedlapu) ar cukuru	200	baltmaize, rupjmaize (G)	60		
		sulas dzēriens ābolu	200		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.0/20		
<b>TREŠDIENA</b>					
biezputra piecgraudu (G;P)	200	piedeva vārīti kartupeļi	300	piena zupa ar rīsiem (P)	250
ievārījums ābolu- upeņu	20	pamatēd.kurzemes strogonovs (G;P)	80	saldskābmaize ar sviestu (G;P)	37
graudu maize ar kausēto sieru (G;P)	40	salāti burkānu ar sēkliņām	70		
tēja (ķimeņu) ar cukuru	200	deserts biežais kakao ķīselis (P)	100		
		piens (P)	150		
		baltmaize, rupjmaize (G)	35		
		ūdens ar citroniem	200		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.28/14.1		
<b>CETURTDIENA</b>					
salāti Mājas rasols (P;O)	100	piedeva burkānu- kartupeļu biezenis	300	biezputra mannas (G;P)	100
rupjmaize ar sviestu (G;P)	37	pamatēd. kotlete Mājas (G;O)	80	svaigo ogu saldā mērce	150
tēja (augļu mix) ar cukuru	200	mērce krējuma ar pilngraudu miltiem(G;P;SE)	50	mazā pica (G;P;O)	80
		salāti Biešu ar zaļumiem un eļļu	80		
		deserts kukurūzas pārslas (G)	35		
		piens (P)	150		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.4/14.8		
<b>PIEKTDIENA</b>					
biezputra kukurūzas (P)	200	zupa pelēko zirņu ar cūkgaļu	250	smalkmaizīte trijstūra ar biežpienu (G;P;O)	70
ievārījums ķiršu - ābolu	20	deserts maizes zupa (G)	150	tēja citronu ar upenēm	200
sviestmaize ar sieru (G;P)	40	putukrējums (P)	25		
tēja (zaļā) ar cukuru	200	baltmaize, rupjmaize (G)	55		
		ūdens ar citroniem	200		
<b>kopā</b>		<b>kopā</b>		<b>kopā</b>	
		sāls/cukurs	1.15/20		
		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 apstiprina medmāsa:

Ēdienkarti sastādīja SIA "Sauls ieleja 3" valdes locekle:

\* G- graudaugi, kas satur lipiķi (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.