

Ēdiena nosaukums (alergēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA					
salāti ar zivi (heka fileja) (Z;P;O)	100	pamatēd.cūkgaiņas plov	200	piena zupa ar makaroniem (P;G)	250
baltmaize ar sviestu (G;P)	25	salāti ķīnas kāpostu ar krējumu (P)	70	baltmaize ar ābolu džemu (G)	30
svaigi gurķi	30	deserts dažādu ogu ķīselis	100		
tēja (Karkade ziedlapu) ar cukuru	200	šokolādes putukrējums (P)	20		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	0.88/15.6		
OTRDIENA					
biezpiens vājpiena ar krējumu (P)	100	zupa biešu ar vistas gaļu un krējumu(P)	250	mazā pīca (G;P;O)	70
svaigi tomāti	30	deserts pilngraudu auzu pārslu krēms (bio pilngraudu auzu pārslas)(P;G)	60	tēja citronu ar avenēm	150
rupjmaize ar sviestu (G;P)	35	saldā mērce ābolu sulas	100		
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	rupjmaize (G)	6		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.8/20		
TREŠDIENA					
biezputra mannas (G;P)	200	piedeva vārīti griķi	180	deserts kukurūzas pārslas (G)	25
ievārījums zemeņu - ābolu	20	pamatēd. cūkgaiņas gulašs (G;P)	80	piens (P)	150
bumbieris	75	salāti Raibie	50	graudu maize ar kausēto sieru (G;P)	30
dzēriens miežu kafijas ar pienu (G;P)	200	deserts zemeņu uzpūtenis (G)	80		
		piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	0.32/19		
CETURTDIENA					
salāti Mājas rasols (P;O)	100	zupa pupiņu ar cūkgaiņu	250	pamatēd.burkānu- zirņiņu sautējums (G;P)	200
rupjmaize ar sviestu (G;P)	37	deserts vaniļas krēms (P)	70	saldskābmaize ar sviestu (G;P)	35
tēja (augļu mix) ar cukuru	200	saldā ķiršu sulas mērce	100	tēja citronu ar avenēm	150
svaigi tomāti	30	rupjmaize (G)	30		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.4/14.8		
PIEKTDIENA					
biezputra auzu pārslu (G;P)	200	piedeva kartupeļu biezenis (P)	200	ievārījuma maizīte (G;O)	70
ievārījums ķiršu - ābolu	20	pamatēd. kotlete Klidziņa (G;O)	70	tēja (ķimeņu) ar cukuru	200
sviestmaize ar sieru (G;P)	30	mērce tomātu- krējuma ar pilngraudu miltiem(G;P;SE)	50		
tēja (zaļā) ar cukuru	200	salāti skābu kāpostu ar lociņiem un eļļu	50		
		deserts augļu- ogu biežais ķīselis	80		
		Bio piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.52/17.5		
		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 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.

Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alerģēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
		pamatēd.cūkgaiņas plovš	250		
		salāti ķīnas kāpostu ar krējumu (P)	70		
		deserts dažādu ogu ķīselis	120		
		šokolādes putukrējums (P)	25		
		baltmaize, rupjmaize (G)	36		
		ūdens ar citroniem	200		
		0			
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.2/15.6		
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
		zupa biešu ar vistas gaļu un krējumu(P)	250		
		deserts pilngraudu auzu pārslu krēms (bio pilngraudu auzu pārslas)(P;G)	80		
		saldā mērce ābolu sulas	100		
		baltmaize, rupjmaize (G)	46		
		ūdens ar citroniem	200		
		0			
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.2/20		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
		piedeva vārīti griķi	230		
		pamatēd. cūkgaiņas gulašs (G;P)	80		
		salāti Raibie	70		
		deserts zemeņu uzpūtenis (G)	80		
		piens (P)	150		
		ūdens ar citroniem	200		
		0			
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.36/19		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
		zupa pupiņu ar cūkgaiņu	300		
		deserts vaniņas krēms (P)	80		
		saldā ķiršu sulas mērce	100		
		baltmaize, rupjmaize (G)	70		
		ūdens ar citroniem	200		
		0			
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.2/14.3		
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
		piedeva kartupeļu biezenis (P)	250		
		pamatēd. kotlete Klidziņa (G;O)	70		
		mērce tomātu- krējuma ar pilngraudu miltiem(G;P;SE)	50		
		salāti skābu kāpostu ar lociņiem un eļļu	80		
		deserts augļu- ogu biezais ķīselis	80		
		Bio piens (P)	100		
		baltmaize, rupjmaize (G)	36		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.52/17.5		
		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 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.