

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Mājas soļanka ar krējumu	*A07	200/5	5,3	11,8	12,7	178
		Makaroni ar maltu cūkgaļu un dārzeņiem	*A01	240	16,6	21,7	44,2	439
		Divkrāsu kāpostu salāti ar eļļu		70	0,8	3,6	5,7	58
		Rudzu maize	*A01	40	2,2	0,5	17,4	83
		<i>Kopā:</i>			<b>24,9</b>	<b>37,6</b>	<b>80</b>	<b>758</b>
<b>Otrdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Veģetārā sakņu zupa ar krējumu	*A07	200/5	2,1	7,1	10,1	113
		Malta cūkgaļa dārzeņu mērcē	*A01	80	10,8	19,1	8,9	253
		Irdenie griķi		160	8,1	2,1	39,7	210
		Krēmīgie biešu salāti	*A07	70	0,8	0,7	5,5	32
		Rudzu maize	*A01	40	2,2	0,5	17,4	83
		Skolas auglis(ābols)*		100	0,3	0,6	13,4	60
<i>Kopā:</i>			<b>24,3</b>	<b>30,1</b>	<b>95</b>	<b>750</b>		
<b>Trešdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Veģetārā biešu zupa ar krējumu	*A07	200/5	1,8	6	11,3	106
		Cūkgaļas gulašs	*A01,A07	100	12,2	18,9	6,2	244
		Vārīti kartupeļi		180	3,7	0	27,6	125
		Skābētu kāpostu un burkānu salāti		80	1	2,4	3,5	40
		Rudzu maize	*A01	40	2,2	0,5	17,4	83
		Skolas piens*	*A07	200	6	3	9,6	89
		<i>Kopā:</i>			<b>26,9</b>	<b>30,8</b>	<b>75,6</b>	<b>687</b>
<b>Ceturtdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Veģetārā zirņu zupa		200	6,7	7	22,3	179
		Cāļa šķiņķa kotlete	*A01;A03	70	9,5	13,8	11,3	207
		Tvaicēti rīsi		140	3,7	0,5	35,9	163
		Piena mērce	*A01;A07	50	1,5	5,5	5,5	78
		Oranžie salāti		70	0,9	2,8	4,4	46
		Rudzu maize	*A01	40	2,2	0,5	17,4	83
		Skolas piens*	*A07	200	6	3	9,6	89
		<i>Kopā:</i>			<b>30,5</b>	<b>33,1</b>	<b>106,4</b>	<b>846</b>
<b>Piektdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Putots jogurta deserts ar saldo dzērveņu mērci	*A07	60/120	1,7	3,4	28,4	153
		Dārzeņu un gaļas sautējums mājas gaumē ar kertupeļiem		250	13,4	16,4	31,2	326
		Ķīnas kāpostu,redīsu un ķirbīšu salāti salāti		70	0,8	3,6	1,6	42
		Rudzu maize	*A01	40	2,2	0,5	17,4	83
		Skolas auglis(ābols)*		100	0,3	0,6	13,4	60
		<i>Kopā:</i>			<b>18,4</b>	<b>24,5</b>	<b>92</b>	<b>664</b>

\*Ja LAD atbalsta programmas produkts nav pieejams, tad to nodrošina ēdinātājs.

### Dzeramais ūdens-visās ēdienreizēs

### ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA SASKANĀ AR IZMAIŅAM PRODUKTU PIEGĀDĒ UN PIEEJAMĪBU TIRGŪ.

Ēdienkarte sastādīta ņemot vērā MK noteikumu Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem (no 13.03.2012)” grozījumiem (21.08.2018.)

Izglītojamie	Enerģētiskā vērtība (kcal)	Olbaltumvielas (g)	Tauki (g)	Ogļhidrāti (g)
5.-9.klase	700-960	18-36	23-37	79-144

