

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Pusdienas	Veģetārā sakņu zupa	*A09	250	2,5	7,6	12,5	128
		Makaroni ar maltu cūkgaļu un dārzeņiem	*A01	300	20,8	27,2	55,3	549
		Sezonas dārzeņu mix		80	1	0,1	4	21
		Rudzu maize	*A01	60	4,2	0,6	24,9	123
<i>Kopā:</i>					28,5	35,5	96,7	822
Otrdiena	Pusdienas	Veģetārā biešu zupa ar krējumu	*A07,A09	250/5	2,1	7,3	18,2	147
		Cūkgaļas plovš		280	18,5	23,2	62,5	533
		Svaigu gurķu šķēlītes		40	0,4	0,1	0,7	5
		Rudzu maize	*A01	60	4,2	0,6	24,9	123
		Piens	*A07	200	6,4	4	9	96
<i>Kopā:</i>					25,2	31,2	106,3	808
Trešdiena	Pusdienas	Zupa meksikāņu gaumē		250	13,4	9	27,7	245
		Vistas gaļa karija mērcē	*A01,A07	100	13	15,2	4	205
		Vārīti kartupeļi		180	3,7	0	27,6	125
		Biešu salāti ar vinegreta mērci		80	0,9	4	6,1	64
		Rudzu maize	*A01	60	4,2	0,6	24,9	122
		Auglis		100	0,3	0,6	13,4	60
<i>Kopā:</i>					37	29,4	103,7	821
Ceturtdiena	Pusdienas	Veģetārā svaigu kāpostu zupa		250	2,1	4,4	12,4	98
		Maltas cūkgaļas veltnītis	*A01	80	12,6	18,7	15,9	282
		Gaļas buljona mērce	*A07	40	0,2	2,1	1,7	27
		Irdenie griķi		150	7,6	2	37,3	198
		Rīvēti kāposti ar garšaugiem		80	1,1	3,3	6,1	59
		Rudzu maize	*A01	60	4,2	0,6	24,9	122
		Piens	*A07	200	6	3	9,6	96
		<i>Kopā:</i>					33,8	34,1
Piektdiena	Pusdienas	Cīsiņi		80	12,3	11	1,1	153
		Kartupeļu biezenis	*A07	260	5,5	0,7	36,5	186
		Sezonas dārzeņu salāti		80	1,1	3,3	4	51
		Biezpiena deserts ar rozīnēm	*A07,A12	100	10,2	12,4	15,4	214
		Saldā dzērveņu mērce		130	0	0	19,7	79
		Rudzu maize	*A01	60	4,2	0,6	24,9	122
<i>Kopā:</i>					33,3	28	101,6	804

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)
10.-12.klase	800-980	20-37	27-38	90-147