

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Otrdiena	Pusdienas	Dārzeņu zupa ar kausēto sieru	*A07	150	2,9	5	9,5	95
		Maltas cūkgaļas mērce	*A01,A07	80	10,8	16,5	7,6	222
		Makaroni, vārīti	*A01	130	4,6	2,4	30,7	162
		Svaigie veselības salāti ar āboliem un kāpostiem		80	1	3,3	6,6	60
		Rudzu maize	*A01	20	1,4	0,2	8,3	41
				<i>Kopā:</i>	20,7	27,4	62,7	580
Trešdiena	Pusdienas	Veģetārā biešu zupa ar krējumu		150/5	1,3	4,8	10,9	102
		Cūkgaļas gulašs	*A01,A07	100	12,2	15,9	6,2	217
		Irdnie griķi		100	5	1,3	24,8	131
		Ķīnas kāpostu un dārza kukurūzas salāti		80	1,2	4,4	3,5	58
		Rudzu maize	*A01	20	1,4	0,2	8,3	41
		Skolas piens	*A07	200	6	3	9,6	89
				<i>Kopā:</i>	27,1	29	63,3	638
Ceturtdiena	Pusdienas	Zaļo skābeņu veģetārā zupa ar olu un skābo krējumu	*A01, A03,A07	150/5	3	5,8	11,8	111
		Vistas gaļas giross		60	15,3	11,1	0,6	164
		Tomātu mērce	*A07	35	0,5	3,5	2,8	25
		Tvaicēti rīsi		100	3,1	0,4	30,2	136
		Rīvētu burkānu salāti		80	1	3,2	5,5	55
		Rudzu maize	*A01	20	1,4	0,2	8,3	41
				<i>Kopā:</i>	24,3	24,2	59,2	532
Piektdiena	Pusdienas	Vistas buljona zupa ar rīsiem		150	3,2	6,6	16,2	137
		Sautēti sezonas dārzeņi ar gaļu		200	13,5	16,2	19,7	279
		Tomātu šķēlītes		60	0,6	0,1	1,6	12
		Rudzu maize	*A01	20	1,4	0,2	8,3	41
		Skolas piens	*A07	200	6	3	9,6	89
				<i>Kopā:</i>	24,7	26,1	55,4	558

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)
1.-4.klase	490-750	12-28	16-29	55-113