

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Oglh., g	Kcal.
Otrdiena	Pusdienas	Dārzeņu zupa ar kausēto sieru	*A07	250	4,8	8,4	15,8	158
		Maltas cūkgaļas mērce	*A01,A07	100	13,5	20,6	9,5	277
		Makaroni, vārīti	*A01	180	6,3	3,3	42,5	225
		Svaigie veselības salāti ar āboliem un kāpostiem		80	1	3,3	6,6	60
		Rudzu maize	*A01	60	4,2	0,6	24,9	123
				<i>Kopā:</i>	29,8	36,2	99,3	844
Trešdiena	Pusdienas	Veģetārā biešu zupa ar krējumu	*A07	250/5	2,1	7,3	18,2	147
		Cūkgaļas gulašs	*A01,A07	100	12,2	15,9	6,2	217
		Irdnie griķi		180	9,1	2,4	44,7	237
		Ķīnas kāpostu un dārza kukurūzas salāti		80	1,2	4,4	3,5	58
		Rudzu maize	*A01	60	4,2	0,6	24,9	123
Piens	*A07	200	6,4	4	9	98		
				<i>Kopā:</i>	35,2	34,6	106,5	879
Ceturtdiena	Pusdienas	Zaļo skābeņu veģetārā zupa ar olu un skābo krējumu	*A01, A03,A07	250/15	5,2	10,9	19,8	198
		Vistas gaļas giross		70	17,9	12,9	0,7	191
		Tomātu mērce	*A07	35	0,5	3,5	2,8	25
		Tvaicēti rīsi		200	6,2	0,8	60,3	274
		Rīvētu burkānu saslāti		80	1	3,2	5,5	55
Rudzu maize	*A01	40	2,8	0,4	16,6	81		
				<i>Kopā:</i>	33,6	31,7	105,7	824
Piektdiena	Pusdienas	Vistas buljona zupa ar rīsiem		250	5,3	10,9	27,1	228
		Sautēti sezonas dārzeņi ar gaļu		300	16,1	20,4	34,1	384
		Tomātu šķēlītes		60	0,6	0,1	1,6	12
		Rudzu maize	*A01	40	2,8	0,4	16,6	81
Piens	*A07	200	6,4	4	9	98		
				<i>Kopā:</i>	31,2	35,8	88,4	803

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