

PIRMDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Dārzeņu zupa ar vistas gaļu	7	250/10	3,8	6,7	13,5	127							
P2 Sautēta cūkgaļa baltā mērcē	1,7	90	9,7	11,1	7,0	177							
P3 Vārīti griķi		150	5,5	0,9	45,0	213							
P4 Burkāni ar sēkliņām		70	1,1	4,1	5,0	61							
P5 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P6 Piens	7	200	5,6	4,0	9,5	96							
P7 Āboli (auglis)		80/	0,3	0,2	8,0	38							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,2 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 1 grami AUGĻI un OGAS 81,56 grami		DĀRZENI 107,3 grami KARTUPEĻI 65 grami PIENS, skābie produkti 275 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 52,11 grami		28,8	27,7	108,4	826	
Skolas piens 0 grami													

OTRDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Maltās gaļas mērcē	1,7	120	17,4	23,3	5,6	302							
P2 Vārīti kartupeļi		200	4,2	0,4	40,0	171							
P3 Kāpostu- sv.gurķu salāti		70	0,7	3,1	2,6	48							
P4 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P5 Upēņu uzpūtenis/piens	1,7	100/180	7,6	3,8	27,9	176							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,71 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 8,5 grami AUGĻI un OGAS 17 grami		DĀRZENI 96,6 grami KARTUPEĻI 222,2 grami PIENS, skābie produkti 198 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 90 grami		32,6	31,3	96,5	809	
Skolas piens 0 grami													

TREŠDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Biešu zupa /krējums	7	250/10	4,1	6,8	18,0	156							
P2 Makaroni Bocmaņa gaumē	1	300	23,8	18,7	52,0	491							
P3 Redīsu-burkānu salāti ar krējumu	7	60	0,7	1,1	2,1	25							
P4 Rudzu maize	1	60	3,3	0,8	24,5	135							
P5 Sulas dzēriens		200	0,3	0,0	7,5	31							
P6 Āboli (auglis)		80	0,3	0,2	8,0	38							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,9 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 3,7 grami AUGĻI un OGAS 80 grami		DĀRZENI 264,3 grami KARTUPEĻI 45 grami PIENS, skābie produkti 15 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 92 grami		32,5	27,5	112,1	876	
Skolas piens 0 grami													

CETURTDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Pupiņu zupa ar gaļu/krējums	7	250/5	8,0	8,1	24,3	192							
P2 Cepta zivs fileja	1,3,4	80	9,9	10,4	3,7	164							
P3 Kartupeļu biezenis	7	200	5,3	5,5	36,6	210							
P4 Biešu -marinētu gurķu salāti ar eļļu		70	0,7	3,1	6,0	54							
P5 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P6 Ābolu sulas dzēriens		200	0,2	0,0	7,0	29							
P7 Āboli (auglis)		80/	0,3	0,2	8,0	38							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,04 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 2,5 grami AUGĻI un OGAS 80 grami		DĀRZENI 91 grami KARTUPEĻI 245 grami PIENS, skābie produkti 63,2 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 90 grami		27,2	28,0	106,1	799	
Skolas piens 0 grami													

PIEKTDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Siera- dārzeņu zupa	7	250	6,4	13,2	17,5	212							
P2 Plovs ar vistas gaļu		300	18,1	18,1	67,9	507							
P3 Burkāni un puravi ar krējumu	7	70	1,0	2,2	3,7	48							
P4 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P5 Tēja		200	0,0	0,0	4,9	20							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,7 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5 grami AUGĻI un OGAS 0 grami		DĀRZENI 160 grami KARTUPEĻI 75 grami PIENS, skābie produkti 17,5 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 30 grami GAĻA, ZIVIS 66 grami		28,3	34,2	114,4	899	
Skolas piens 0 grami													
PIEVIENOTAIS SĀLS 5,55 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 20,7 grami AUGĻI un OGAS 258,56 grami		DĀRZENI 719,2 grami KARTUPEĻI 652,2 grami PIENS, skābie produkti 568,7 grami					BIEZPIENS, SIERS 30 grami GAĻA, ZIVIS 390,11 grami		Skolas piens 0 grami				