

PIRMDIENA											
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
P1 Dārzenu zupa ar vistas gaļu	7	200/10	3.5	6.4	10.7	114					
P2 Sautēta cūkgaļa baltā mērcē	1,7	80	9.5	10.3	6.7	165					
P3 Vārīti griķi		150	5.3	0.9	43.6	206					
P4 Burkāni ar sēkliņām		70	1.1	4.1	5.0	61					
P5 Rudzu maize	1	40	2.2	0.5	16.4	90					
P6 Piens	7	200/	5.6	4.0	9.5	96					
P7 Āboli (auglis)		80/	0.3	0.2	8.0	38					
PIEVIENTAIS SĀLS 1.2 grami PIEVIENTAIS CUKURS 1 grami AUGĻI un OGAS 81.56 grami		DĀRZENI 106.3 grami KARTUPEĻI 50 grami PIENS, skābie produkti 268 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 52.11 grami		27.6	26.4	99.8
								Skolas piens 0 grami	771		

OTRDIENA											
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
P1 Maltās gaļas mērcē	1,7	120	17.4	23.3	5.6	302					
P2 Vārīti kartupeļi		150	2.9	0.3	28.1	120					
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					
PIEVIENTAIS SĀLS 0.71 grami PIEVIENTAIS CUKURS 8.5 grami AUGĻI un OGAS 17 grami		DĀRZENI 96.6 grami KARTUPEĻI 156 grami PIENS, skābie produkti 198 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 90 grami		31.4	31.2	84.6
								Skolas piens 0 grami	759		

TREŠDIENA											
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
P1 Biešu zupa /krējums	7	250/5	4.0	5.8	17.8	141					
P2 Cūkgaļas stroganovs	1,7	100	11.5	17.0	3.3	221					
P3 Vārīti makaroni	1	150	6.6	1.8	39.0	206					
P4 Redīsu-burkānu salāti ar krējumu	7	60	0.7	1.1	2.1	25					
P5 Rudzu maize	1	50	2.8	0.6	20.4	112					
P6 Sulas dzēriens		200	0.3	0.0	7.5	31					
P7 Āboli (auglis)		80	0.3	0.2	8.0	38					
PIEVIENTAIS SĀLS 1.4 grami PIEVIENTAIS CUKURS 3.7 grami AUGĻI un OGAS 80 grami		DĀRZENI 166 grami KARTUPEĻI 45 grami PIENS, skābie produkti 25 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 81.2 grami		26.1	26.4	98.2
								Skolas piens 0 grami	776		

CETURTDIENA											
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
P1 Pupiņu zupa ar gaļu/krējums	7	200/5	6.9	8.0	20.1	172					
P2 Cepta zivs fileja	1,3,4	80	9.9	9.6	3.7	156					
P3 Kartupeļu biezenis	7	180	3.8	3.0	29.4	154					
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					
PIEVIENTAIS SĀLS 1.04 grami PIEVIENTAIS CUKURS 2.5 grami AUGĻI un OGAS 80 grami		DĀRZENI 91 grami KARTUPEĻI 199.8 grami PIENS, skābie produkti 39.9 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 90 grami		24.6	24.5	94.7
								Skolas piens 0 grami	715		

PIEKTDIENA											
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki
P1 Siera- dārzenu zupa	7	250	6.4	13.2	17.5	212					
P2 Plovs ar vistas gaļu		250	18.2	19.7	61.2	495					
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					
PIEVIENTAIS SĀLS 0.7 grami PIEVIENTAIS CUKURS 5 grami AUGĻI un OGAS 0 grami		DĀRZENI 161.2 grami KARTUPEĻI 75 grami PIENS, skābie produkti 17.5 grami					KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 30 grami GAĻA, ZIVIS 70 grami		28.3	35.7	107.8
								Skolas piens 0 grami	887		
PIEVIENTAIS SĀLS 5.05 grami PIEVIENTAIS CUKURS 20.7 grami AUGĻI un OGAS 258.56 grami		DĀRZENI 621.1 grami KARTUPEĻI 525.8 grami PIENS, skābie produkti 548.4 grami					BIEZPIENS, SIERS 30 grami GAĻA, ZIVIS 383.31 grami			Skolas piens 0 grami	