

Ēdienkarte
PUSDIENAS 1.-4. kl.

06.05. – 10.05. 2025. g.

OTRDIENA 06.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
(Alerģēni)								
Pusdienas								
	*Skābētu kāpostu salāti ar eļļu	1	50					
	*Gulašs cūkgaļas (Kvieši)	1	50/50					
	*Vārīti rīsi (sviests)	1	120					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Cepumi (Kvieši,olas)	1	10					
	*Bumbieri	1	120					
				€2,53	23,18	27,22	94,63	716,95
KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,88 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 7,5 grami								
(Slipā rakstā norādīti alergēni)								

TREŠDIENA 07.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Borščs ar krējumu (Krējums skābs)	1	200/5					
	*Svaig. kāpostu salāti ar krējumu (Krējums skābs)	1	50					
	*Vistas kotlete (Kvieši, olas)	1	50					
	*Kartupeļu biezenis (Piens, sviests)	1	150					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Āpelsīni		150					
				€2,53	21,22	26,09	83,74	659,56
KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,80 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami								

CETURTDIENA 08.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Svaiga saldā paprika	1	50					
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu (Kvieši)	1	130/50					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Šokolādes krēms (Krējums skābs)	1	50					
	*Ābolu kompots	1	200					
				€2,53	22,95	28,95	75,87	656,44
KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,72 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami								
(Slipā rakstā norādīti alergēni)								

Ēdienkarte

PUSDIENAS 1.-4. kl.

06.05. – 10.05. 2025. g.

PIEKTDIENA 09.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
(Alerģēni)								
Pusdienas								
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	50					
	*Vistas gaļas sitenis (Olas, kvieši)	1	70					
	*Kartupeļu biezenis (Sviests, piens)	1	150					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Kakao ar pienu un cukuru (Piens)	1	200					
	*Sviestmaize ar ievārījumu (Kvieši, sviests)	1	20/3/15					
				€2,53	27,47	28,89	82,76	700,86
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,08 grami			PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami				
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)								

SESTDIENA 10.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
<i>(Alerģēni)</i>								
Pusdienas								
	*Kartupeļu zupa ar cūkgaļas frikadelēm un krējumu <i>(Krējums skābs, olas)</i>	1	200/15/5					
	*Biešu salāti ar eļļu	1	50					
	*Kotlete "Jaunība" (cūkgaļas) <i>(Olas, siers, kvieši)</i>	1	60					
	*Vārīti makaroni <i>(Kvieši, sviests)</i>	1	120					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
	*Tējas dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Bumbieri		130					
				€2,53	24,72	27,21	100,32	748,78
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,78 grami			PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami				
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>								

“Skolas piens” 500 ml. nedēļā

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA: