

PUSDIENAS 10.-12. kl.

15.09. – 19.09. 2025. g.

PIRMDIENA 15.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
<i>(Alerģēni)</i>								
Pusdienas								
	*Salāti “Dārzeņu assorti” ar eļļu	1	60					
	*Gulašs cūkgaļas <i>(Kvieši)</i>	1	50/50					
	*Vārīti rīsi <i>(Sviests)</i>	1	140					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Cepumi <i>(Kvieši, olas)</i>	1	10					
	*Āboli	1	150					
				€2,53	24,37	29,33	109,43	801,13
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,96 grami		PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami					
<i>(Slipā rakstā norādīti alergēni)</i>								

OTRDIENA 16.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (<i>Alerģēni</i>)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Svaigu kāpostu salāti ar krējumu (<i>Krējums skābs</i>)	1	50					
	*Borščs ar krējumu (<i>Krējums skābs</i>)	1	200/15					
	*Vistas kotlete (<i>Kvieši, olas</i>)	1	70					
	*Kartupeļu biezenis (<i>Piens, sviests</i>)	1	150					
	*Rupjmaize (<i>Rudzi</i>)	1	25					
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Bumbieri		100					
				€2,53	28,04	32,65	98,14	800,03
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,88 grammi		PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grammi					
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>								

TREŠDIENA 17.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums <i>(Alerģēni)</i>	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Balto redīsu salāti ar krējumu <i>(Krējums skābs)</i>	1	50					
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu <i>(Kvieši)</i>	1	140/60					
	*Rupjmaize <i>(Rudzi)</i>	1	25					
	*Šokolādes krēms <i>(Krējums skābs)</i>	1	50					
	*Kāfijas dzēriens ar <i>pienu</i> un cukuru	1	200					
				€2,53	29,28	36,51	90,37	806,89
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,0 grami <i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>	PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami						

Ēdienkarte

PUSDIENAS 10.-12. kl.

15.09. – 19.09. 2025. g.

CETURTDIENA 18.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
(Alerģēni)								
Pusdienas								
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	50					
	*Vistas gaļas sitenis	1	70					
	(Kvieši, olas)							
	*Kartupeļu biezenis	1	150					
	(Sviests, piens)							
	*Rupjmaize	1	25					
	(Rudzi)							
	*Kakao ar pienu un cukuru	1	200					
	(Piens)							
	*Āboli		120					
	*Skolas maizīte	1	50					
	(Kvieši, olas)							

€2,53 29,91 32,07 104,16 816,57

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,04 grami
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

PIEKTDIENA 19.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
(Alerģēni)								
Pusdienas								
	*Kartupeļu zupa ar cūkgaļas	1	200/15/5					
	frikadelēm un krējumu							
	(Krējums skābs, olas)							
	*Biešu salāti ar eļļu	1	50					
	*Kotlete "Jaunība" (cūkgaļas)	1	70					
	(Olas, siers, kvieši)							
	*Vārīti makaroni	1	160					
	(Kvieši, sviests)							
	*Rupjmaize	1	25					
	(Rudzi)							
	*Tējas dzēriens ar cukuru	1	200					

€2,53 28,14 32,83 101,41 815,35

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,98 grami
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA: MEDMĀSA: