

PUSDIENAS 10.-12. kl.

13.10. – 17.10. 2025. g.

PIRMDIENA 13.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
	<i>(Alerģēni)</i>							
	Pusdienas							
	*Skābētu kāpostu salāti 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 7,5 grami						
	<i>(Slipā rakstā norādīti alergēni)</i>							

OTRDIENA 14.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
<i>(Alerģēni)</i>								
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 15.10.

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	37,91	90,37	819,49
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,0 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami						
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>								

Ēdienkarte

PUSDIENAS 10.-12. kl.

13.10. – 17.10. 2025. g.

CETURTDIENA 16.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	(Alerģēni)							
Pusdienas								
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	50					
	*Vistas gaļas sitenis dārzeņu mīklā	1	70					
	(Kvieši, piens, 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 1,08 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						
	(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

PIEKTDIENA 17.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	(Alerģēni)							
Pusdienas								
	*Zirņu zupa ar krējumu	1	250/10					
	(Krējums skābs)							
	*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	31,81	32,95	102,10	833,87
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,92 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						
	(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA: MEDMĀSA: