

| Ēdienr.          | Ēdiena nosaukums                                                | P.sk.                          | Gat.sv. | Porc.cen.    | Olbaltumi    | Tauki        | Ogļhidrāti   | Kalorijas     |
|------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>Pusdienas</b> |                                                                 |                                |         |              |              |              |              |               |
|                  | *Balto redīsu salāti ar krējumu                                 | 1                              | 50      |              |              |              |              |               |
|                  | *Makaroni ar maltu cūkgaļu<br>(Kvieši)                          | 1                              | 140/60  |              |              |              |              |               |
|                  | *Rupjmaize<br>(Rudzi)                                           | 1                              | 25      |              |              |              |              |               |
|                  | *Šokolādes krēms<br>(Krējums skābs)                             | 1                              | 50      |              |              |              |              |               |
|                  | *Apelsīnu kompots ar cukuru                                     | 1                              | 200     |              |              |              |              |               |
|                  |                                                                 |                                |         | <b>€2,53</b> | <b>26,63</b> | <b>35,09</b> | <b>88,84</b> | <b>777,39</b> |
| KOPĀ:            | PIEVIENOTAIS SĀLS 1,0 grami<br>(Slīpā rakstā norādīti alergēni) | PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami |         |              |              |              |              |               |

Ēdienkarte

PUSDIENAS 1.-4. kl.

15.12. – 19.12. 2025. g.

CETURTDIENA 18.12.

| Ēdienr.                          | Ēdiena nosaukums<br>(Alerģēni)                               | P.sk. | Gat.sv. | Porc.cen.                     | Olbaltumi | Tauki | Ogļhidrāti | Kalorijas |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------|---------|-------------------------------|-----------|-------|------------|-----------|
| Pusdienas                        |                                                              |       |         |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Burkānu salāti ar eļļu                                      | 1     | 50      |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Vistas gaļas sitenis dārzeņu mīklā<br>(Kvieši, piens, olas) | 1     | 70      |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Kartupeļu biezenis<br>(Sviests, piens)                      | 1     | 150     |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Rupjmaize<br>(Rudzi)                                        | 1     | 25      |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Kakao ar pienu un cukuru<br>(Piens)                         | 1     | 200     |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Sviestmaize ar ievārījumu<br>(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 |           |       |            |           |
| (Slipā rakstā norādīti alerģēni) |                                                              |       |         |                               |           |       |            |           |

PIEKTDIENA 19.12.

| Ēdienr.                          | Ēdiena nosaukums<br>(Alerģēni)                         | P.sk. | Gat.sv. | Porc.cen.                     | Olbaltumi | Tauki | Ogļhidrāti | Kalorijas |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|---------|-------------------------------|-----------|-------|------------|-----------|
| Pusdienas                        |                                                        |       |         |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Zirņu zupa ar krējumu<br>(Krējums skābs)              | 1     | 250/10  |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Biešu salāti ar eļļu                                  | 1     | 50      |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Kotlete "Jaunība" (cūkgaļas)<br>(Olas, siers, kvieši) | 1     | 60      |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Vārīti makaroni<br>(Kvieši, sviests)                  | 1     | 120     |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Rupjmaize<br>(Rudzi)                                  | 1     | 25      |                               |           |       |            |           |
|                                  | *Zemeņu kompots ar cukuru                              | 1     | 200     |                               |           |       |            |           |
|                                  |                                                        |       |         | €2,53                         | 27,33     | 26,63 | 90,50      | 712,93    |
| KOPĀ:                            | PIEVIENOTAIS SĀLS 1,72 grami                           |       |         | PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami |           |       |            |           |
| (Slipā rakstā norādīti alerģēni) |                                                        |       |         |                               |           |       |            |           |

“Skolas piens” 500 ml. nedēļā  
“Skolas augļi” 300 g. nedēļā

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA: MEDMĀSA: