

SIA "MEŽVIDI"

**Papildus izvēle pie kompleksajām
pusdienām**

5.-12 kl.

15.12. – 19.12. 2025.

PIRMDIENA 15.12.

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Ol.balt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Cepta vista (Krējums skābs)	1	70					
	*Vārīti griķi (Sviests)	1	130					
	*Vafeles (Kvieši, olas)	1	12					

OTRDIENA 16.12.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Ol.balt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Skābeņu zupa ar krējumu (Krējums skābs)	1	250/5					
	*Vārīti cīsiņi	1	70					
	*Vārīti makaroni (Kvieši, sviests)	1	140					

TREŠDIENA 17.12.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Ol.balt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Mājas sautējums ar cūkgaļu	1	50/120					
	*Ogu ķīselis ar putukrējumu (Piena olbaltumvielas)	1	150/10					

CETURTDIENA 18.12.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Ol.baltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Plovs cūkgaļas	1	50/140					
	*Vārīti makaroni (Kvieši, sviests)	1	140					
	*Vafeles (Kvieši, olas)	1	24					

PIEKTDIENA 19.12.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Ol.baltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Svaigu kāpostu zupa ar krējumu (Krējums skābs)	1	250/5					
	*Makaroni ar sieru (Kvieši, siers, sviests)	1	200/30					
	*Kartupeļu vārīti (Sviests)	1	150					

Ēdnīcas vadītāja:

Tehnologs:

Medmāsa: