

Ēdienkarte

Skolas direktore/s

PUSDIENAS 5.-9. kl.

02.09. – 04.09. 2026. g.

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

TREŠDIENA 02.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Biešu zupa ar krējumu (Krējums skābs)	1	200/5	€0,34				
	*Ķīnas kāpostu-gurķu salāti ar eļļu	1	50	€0,24				
	*Mājas sautējums ar cūkgaļu	1	50/120	€1,48				
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200	€0,12				
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25	€0,07				
	*Bumbieri		130	€0,28				
				€2,53	26,67	27,33	93,05	725,38
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,68 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)								

CETURTDIENA 03.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Kartupeļu zupa ar cūkgaļas frikadelēm un krējumu (Krējums skābs,olas)	1	200/15/5	€0,52				
	*Burkānu salāti ar krējumu (Krējums skābs)	1	50	€0,14				
	*Vistas frikase (Krējums skābs)	1	60/20	€1,20				
	*Vārīti rīsi (Sviests)	1	120	€0,27				
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25	€0,07				
	*Kafijas dzēriens ar pienu un cukuru (Piens)	1	200	€0,33				
				€2,53	27,98	25,36	101,74	746,79
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,86 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

Ēdienkarte

PUSDIENAS 5.-9. kl.

02.09. – 04.09. 2026. g.

PIEKTDIENA 04.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Biešu salāti ar eļļu	1	60	€0,19				
	*Cūk gaļas kotlete (Kvieši, olas)	1	50	€0,98				
	*Kartupeļi vārīti (Sviests)	1	160	€0,41				
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25	€0,07				
	*Biezpiena sieriņš "Mazulis" (Piena olbaltumvielas)	1	40	€0,50				
	*Tēja ar cukuru	1	200	€0,12				
	*Bumbieri		100	€0,26				
				€2,53	22,47	28,99	85,65	700,26
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,04 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS: