SASKAŅOTS
skolas
direktore

SIA "MEŽVIDI"

Papildus izvēle pie kompleksajām pusdienām

5.-12. kl.

09.11. – 13.11. 2026. g.

PIRMDIENA 09.11.

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Vistas gaļas frikase *(Krējums skābs)*	1	60/20	€1,22				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	140	€0,28				
	*Mafins *(Kvieši,olas)*	1	50	€0,44				

OTRDIENA 10.11.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Rasoļniks ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	250/10	€0,30				
	*Slinkie cepelīni ar cūkgaļu, krējumu *(Krējums skābs, olas, kvieši)*	1	180/20	€1,53				
	*Vārīti griķi *(Sviests)*	1	130	€0,43				

TREŠDIENA 11.11.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Cīsiņi vārīti	1	70	€1,07				
	*Kartupeļu biezenis *(Piens, sviests)*	1	160	€0,41				
	*Biezpiena sieriņš “Mazulis” *(Piena olbaltumvielas)*	1	40	€0,55				

CETURTDIENA 12.11.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu *(Kvieši)*	1	130/50	€1,44				
	*Vārīti rīsi *(Sviests)*	1	140	€0,35				
	*Baltmaize ar vārītu iebiezinātu pienu *(Kvieši, piens)*	1	20/20	€0,34				

PIEKTDIENA 13.11.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Vistas gaļas zupa ar rīsiem, krējums *(Krējums skābs)*	1	250/15	€0,63				
	*Vārīti makaroni ar sieru *(Kvieši,siers sviests)*	1	200/30	€1,05				

Ēdnīcas vadītāja: Tehnologs: Medmāsa: