

Otrdiena										
Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbāl	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbāl	Tauki	Kalor
P1 Skābeņu zupa(A01,03,07)	200/10	7,3	9,4	13,1	167					
P2 Makaroni ar sieru (A01;07)	145/30	11,4	14,1	28,8	293					
P3 Burkānu salāti ar sēkliņām (A11)	50	2,6	4,9	8,0	91					
P4 Rudzu maize (A01)	40	2,4	0,5	16,4	80					
P5 Citronūdens (bez cukura)	200	0,1	0,0	0,4	2					
P6 Skolas piens „Rasēns” 1,5% (A07)	200	0,0	0,0	0,0	0					
Kopā: Pusdienas(P)					E100% 23,8 28,8 66,6 634	KOPĀ:				
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.64 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 0 grami AUGLI un OGAS 15 grami					DĀRZENI 130.8 grami KARTUPELI 52.9 grami GAĻA un ZIVIS 24.8 grami	PIENA PRODUKTI 210 grami BIEZPIENS SIERS 30 grami				

Trešdiena										
Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbāl	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbāl	Tauki	Kalor
P1 Frikadeļu zupa (A03;A07)	150/25/	6,6	13,2	12,0	195					
P2 Auzu pārslu biezputra ar ievār. (A01;07)	250/20	9,1	10,7	47,4	323					
P3 Rudzu maize (01)	40	2,4	0,5	16,4	80					
P4 Augļu un ogu komposts	200	0,1	0,1	5,8	25					
P5 Skolas piens „Rasēns” 1,5% (A07)	200	0,0	0,0	0,0	0					
Kopā: Pusdienas(P)					E100% 18,2 24,5 81,6 622	KOPĀ:				
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.4 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5.5 grami AUGLI un OGAS 27 grami					DĀRZENI 32.5 grami KARTUPELI 45 grami GAĻA un ZIVIS 25 grami	PIENA PRODUKTI 397.5 grami BIEZPIENS SIERS 0 grami				

Ceturtdiena										
Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbāl	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbāl	Tauki	Kalor
P1 Skābētu kāpostu zupa (A07)	170/10	7,1	11,7	12,5	186					
P2 Cūkgaļas gulašs (A01,07)	27/53	10,2	14,3	5,1	190					
P3 Vārīti griķi	130	6,5	1,6	35,9	181					
P4 Svaigu kāpostu-burkānu salāti	50	0,8	1,0	3,9	26					
P5 Rudzu maize (A01)	20	1,2	0,2	8,2	40					
P6 Apelsīnūdens (bez cukura)	200	0,0	0,0	0,4	2					
P7 Skolas piens „Rasēns” 1,5% (A07)	200	0,0	0,0	0,0	0					
Kopā: Pusdienas(P)					E100% 25,9 28,9 66,0 625	KOPĀ:				
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.44 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 2 grami AUGLI un OGAS 6 grami					DĀRZENI 132.3 grami KARTUPELI 59 grami GAĻA un ZIVIS 87 grami	PIENA PRODUKTI 226 grami BIEZPIENS SIERS 0 grami				

Piekdiena										
Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbāl	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbāl	Tauki	Kalor
P1 Plovs ar krējumu (A07) 190/10	190/10	11,4	16,8	26,1	303					
P2 Biešu-gurķu salāti	50	0,6	3,0	3,7	45					
P3 Rudzu maize (A01)	40	2,4	0,5	16,4	80					
P4 Sulas uzpūtenis ar pienu (A01;07)	100/10	4,8	2,8	29,8	164					
P5 Citronūdens (bez cukura)	200	0,1	0,0	0,4	2					
P6 Banāns	100	1,5	0,1	21,0	91					
Kopā: Pusdienas(P)					E100% 20,9 23,2 97,5 684	KOPĀ:				
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.8 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5.5 grami AUGLI un OGAS 115 grami					DĀRZENI 74.52 grami KARTUPELI 0 grami GAĻA un ZIVIS 45 grami	PIENA PRODUKTI 125 grami BIEZPIENS SIERS 0 grami				

Sestdiena										
Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbāl	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbāl	Tauki	Kalor
P1 Piena zupa ar nūdelēm (A01,07)	250	7,9	9,3	24,0	211					
P2 Maltās gaļas-dārzenu sautējums (A07)	170/10	13,4	14,2	20,1	264					
P3 Svaigs tomāts	50	0,6	0,1	1,9	11					
P4 Rudzu maize (A01)	30	1,8	0,4	12,3	60					
P5 Asorti dzēriens 0.200	200	0,2	0,1	4,2	18					
P6 Ābols	100	0,3	0,4	13,0	57					
Kopā: Pusdienas(P)					E100% 24,2 24,5 75,5 621	KOPĀ:				
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,75 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 4 grami AUGLI un OGAS 120 grami					DĀRZENI 106.73 grami KARTUPELI 54.05 grami GAĻA un ZIVIS 45 grami	PIENA PRODUKTI 230 grami BIEZPIENS SIERS 0 grami				
PIEVIENOTAIS SĀLS 5,03 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 17 grami AUGLI un OGAS 283 grami					DĀRZENI 476.85 grami KARTUPELI 210.95 grami GAĻA un ZIVIS 226.8 grami	PIENA PRODUKTI 1188.5 grami BIEZPIENS SIERS 30 grami				

Otrdiena

Ēdiena nosaukums	Gat sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Skābeņu zupa (A01;03;07)	280/15	8,1	11,3	21,3	223						
P2 Makaroni ar sieru (A01;07)	165/35	13,6	16,4	36,0	353						
P3 Burkānu salāti ar sēkliņām (A11)	50	2,6	8,6	8,0	124						
P4 Rupjmaize (A01)	50	3,0	0,6	20,4	99						
P5 Citronūdens (bez cukura)	200	0,0	0,0	0,2	1						
P6 Skolas piens „Rasēns” 1,5% (A07)	200	0,0	0,0	0,0	0						

Kopā: Pusdienas(P)	E100%	27,5	36,9	85,9	800	KOPĀ:	27,5	36,9	85,9	800
PIEVIENTAIS SĀLS 1,8 grami	DĀRZENI 151,7 grami					PIENA PRODUKTI 214,1 grami				
PIEVIENTAIS CUKURS 0 grami	KARTUPELI 93,2 grami					BIEZPIENS, SIERS 35 grami				
AUGLI un OGAS 5 grami	GAĻA un ZIVIS 23,8 grami									

Trešdiena

Ēdiena nosaukums	Gat sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Frikadeļu zupa (A03;A07)	220/35/	9,0	16,0	14,5	241						
P2 Auzu pārslu biežputra ar ievār. (A01;07)	250/30	10,1	15,4	58,7	414						
P3 Rupjmaize (A01)	50	3,0	0,6	20,4	99						
P4 Augļu un ogu kompots 200	200	0,1	0,1	5,8	25						
P5 Skolas piens „Rasēns” 1,5% (A07)	200	0,0	0,0	0,0	0						

Kopā Pusdienas(P)	E100%	22,3	32,1	99,4	779	KOPĀ:	22,3	32,1	99,4	779
EVIENTOTAIS SĀLS 1,4 grami	DĀRZENI 43,35 grami					PIENA PRODUKTI 397,5 grami				
EVIENTOTAIS CUKURS 5,5 grami	KARTUPELI 60 grami					BIEZPIENS, SIERS 0 grami				
UGLI un OGAS 27 grami	GALA un ZIVIS 37 grami									

Ceturtdiena

Ēdiena nosaukums	Gat sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Skābētu kāpostu zupa (A07)	200/20	9,6	13,1	14,2	215						
P2 Cūkgaļas gulašs (A01;07)	34/66	9,4	16,8	5,5	212						
P3 Vārīti griķi	150	7,5	1,8	41,4	209						
P4 Svaigu kāpostu-burkānu salāti	50	0,8	1,4	4,2	31						
P5 Rupjmaize (A01)	50	3,0	0,6	20,4	99						
P6 Apelsīnūdens (bez cukura)	200	0,0	0,0	0,4	2						
P7 Skolas piens „Rasēns” 1,5% (A07)	200	0,0	0,0	0,0	0						

Kopā Pusdienas(P)	E100%	30,5	33,8	86,3	768	KOPĀ:	30,5	33,8	86,3	768
EVIENTOTAIS SĀLS 1.06 grami	DĀRZENI 125.23 grami					PIENA PRODUKTI 226.25 grami				
EVIENTOTAIS CUKURS 2.6 grami	KARTUPELI 59 grami					BIEZPIENS, SIERS 0 grami				
UGLI un OGAS 6.4 grami	GAĻA un ZIVIS 90 grami									

Piektdiena

Ēdiena nosaukums	Gat sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Plovs ar krējumu (A07) 270/20	270/20	18,1	23,3	55,0	504						
P2 Sulas uzpūtenis ar pienu (A01;07)	100/10	4,8	2,8	29,8	164						
P3 Biešu-gurķu salāti	50	0,6	3,0	3,7	45						
P4 Rudzu maize (A01)	50	3,0	0,6	20,4	99						
P5 Citronūdens (bez cukura)	200	0,2	0,0	0,7	4						
P6 Apelsīns	100	0,9	0,2	8,1	38						
P7 Banāns	100	1,5	0,1	21,0	91						

Kopā: Pusdienas(P)	E100%	29,2	30,0	138,7	945	KOPĀ:	29,2	30,0	138,7	945
EVIENTAIS SĀLS 1 grami	DĀRZENI 94,22 grami					PIENA PRODUKTI 125 grami				
EVIENTAIS CUKURS 5,5 grami	KARTUPELI 0 grami					BIEZPIENS, SIERS 0 grami				
OGAS un OGAS 222,1 grami	GALA un ZIVIS 60 grami									

Sestdiena

Ēdiena nosaukums	Gat sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Piena zupa ar nūdelēm (A01;07)	250	8,7	13,7	28,1	270						
P2 Maltās gaļas-dārzenu sautējums (A07)	260/20	23,0	22,2	39,4	452						
P3 Svaigs tomāts	50	0,6	0,1	1,9	11						
P4 Rupjmaize (A01)	40	2,4	0,5	16,4	80						
P5 Asorti dzēriens	200	0,2	0,1	4,2	18						
P6 Ābols	100	0,3	0,4	13,0	57						

Kopā: Pusdienas(P)	E100%	35,1	37,0	103,0	888	KOPĀ:	35,1	37,0	103,0	888
EVIENTOTAIS SĀLS 1,12 grami	DĀRZENI 150 grami					PIENA PRODUKTI 229 grami				
EVIENTOTAIS CUKURS 4,25 grami	KARTUPELI 82 grami					BIEZPIENS, SIERS 0 grami				
ĶĒLĒ un OGAS 120 grami	GALA un ZIVIS 72 grami									

PIEVIENTAIS SĀLS 6,38 grami PIEVIENTAIS CUKURS 17,85 grami AUGLI un OGAS 380,5 grami	DĀRZENI 564,5 grami KARTUPELI 294,2 grami GAĻA un ZIVIS 282,8 grami	PIENA PRODUKTI 1191,85 grami BIEZPIENS, SIERS 35 grami									
--	---	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Otrdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Skābeņu zupa ar vistas gaļu(A01;03;07)	200/10	8,0	8,0	20,0	186						
P2 Makaroni ar sieru (A01;07)	145/30	10,2	10,7	28,4	254						
P3 Burkānu salāti ar sēkliņām (A11)	50	2,6	8,6	8,0	124						
P4 Rudzu maize (A01)	40	2,4	0,5	16,4	80						
P5 Citronūdens (bez cukura)	200	0,0	0,0	16,7	65						
P6 Skolas piens „Rasēns” 1,5% (A07)	200	0,0	0,0	0,0	0						

Kopā: Pusdienas(P) E100% 23,2 27,8 89,4 708

KOPĀ: 23,2 27,8 89,4 708

PIEVIENOTAIS SĀLS 0.65 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 3 grami
AUGLI un OGAS 0 grami
DĀRZENI 142.7 grami
KARTUPELI 53.4 grami
GAĻA un ZIVIS 40 grami
PIENA PRODUKTI 210 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

Trešdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Frikadeli(vistas gaļas) zupa (A03;07)	15/25/1	7,8	9,9	15,0	182						
P2 Auzu pārslu biezputra ar ievār.(A01;07)	250/20	8,9	6,6	38,8	250						
P3 Rudzu maize (01)	40	2,4	0,5	16,4	80						
P4 Augļu un ogu kompots	200	0,2	0,1	4,2	18						
P5 Skolas piens „Rasēns” 1,5% (A07)	200	0,0	0,0	0,0	0						

Kopā: Pusdienas(P) E100% 19,3 17,1 74,4 530

KOPĀ: 19,3 17,1 74,4 530

PIEVIENOTAIS SĀLS 0.628 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 6.78 grami
AUGLI un OGAS 20 grami
DĀRZENI 49.558 grami
KARTUPELI 59.23 grami
GAĻA un ZIVIS 30 grami
PIENA PRODUKTI 420 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

Ceturtdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Skāb. kāpostu zupa ar vistas gaļu(A07)	170/10	8,2	8,2	11,7	155						
P2 Vistas gaļas gulašs (A01,07)	27/53	10,9	12,7	4,6	177						
P3 Vārīti griķi	130	6,5	1,6	35,9	181						
P4 Svaigu kāpostu-burkānu salāti 50	50	0,8	1,0	3,9	26						
P5 Rudzu maize (A01)	20	1,2	0,2	8,2	40						
P6 Apelsīnūdens (bez cukura)	200	0,0	0,0	0,4	2						
P7 Skolas piens „Rasēns” 1,5% (A07)	200	0,0	0,0	0,0	0						

Kopā: Pusdienas(P) E100% 27,7 23,8 64,7 580

KOPĀ: 27,7 23,8 64,7 580

PIEVIENOTAIS SĀLS 1.44 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 1 grami
AUGLI un OGAS 6 grami
DĀRZENI 132.3 grami
KARTUPELI 59 grami
GAĻA un ZIVIS 87 grami
PIENA PRODUKTI 226 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

Piektdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Plovs ar vistas gaļu un krējumu (A07) 1	190/10	12,0	15,2	26,3	291						
P2 Biešu-gurķu salāti	50	0,4	0,0	0,8	6						
P3 Rudzu maize (A01)	40	2,4	0,5	16,4	80						
P4 Sulas uzpūtenis ar pienu (A01;07)	100/10	4,8	2,8	29,8	164						
P5 Citronūdens (bez cukura)	200	0,1	0,0	0,4	2						
P6 Banāns	100	1,5	0,1	21,0	91						

Kopā: Pusdienas(P) E100% 21,3 18,6 94,7 634

KOPĀ: 21,3 18,6 94,7 634

PIEVIENOTAIS SĀLS 0 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 5 grami
AUGLI un OGAS 115 grami
DĀRZENI 77.02 grami
KARTUPELI 0 grami
GAĻA un ZIVIS 45 grami
PIENA PRODUKTI 125 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

Sestdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Piena zupa ar nūdelēm (A01,07)	250	7,9	8,5	24,0	204						
P2 Maltās gaļas(vistas)-dārz. saut.(A07)	170/10	14,3	12,4	20,4	252						
P3 Svaigs tomāts	50	0,8	4,0	4,3	57						
P4 Rudzu maize (A01)	30	1,8	0,4	12,3	60						
P5 Asorti dzēriens	200	0,1	0,2	8,2	35						
P6 Ābols	100	0,3	0,4	13,0	57						

Kopā: Pusdienas(P) E100% 25,3 25,9 82,1 664

KOPĀ: 25,3 25,9 82,1 664

PIEVIENOTAIS SĀLS 0.9 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 4 grami
AUGLI un OGAS 140 grami
DĀRZENI 104.73 grami
KARTUPELI 54.05 grami
GAĻA un ZIVIS 45 grami
PIENA PRODUKTI 230 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

PIEVIENOTAIS SĀLS 3.618 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 19.78 grami
AUGLI un OGAS 281 grami
DĀRZENI 506.308 grami
KARTUPELI 225.68 grami
GAĻA un ZIVIS 247 grami
PIENA PRODUKTI 1211 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

„Skolas piens” tiks izsniegts, ja ražotājs to spēs nodrošināt.

Sastādīja: SIA "Viedaga" tehnologs Sandra Jākobsone 3,09EUR

ĒDIENKARTE 06.05.-10.05.2025 Vg ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Otrdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Skābeņu zupa bez krējuma (A01;03)	220	7,6	6,9	19,8	173						
P2 Makaroni ar dārzeņiem (A01)	250	9,4	9,3	28,1	238						
P3 Burkānu salāti ar sēkliņām (A11)	50	2,6	8,6	8,0	124						
P4 Rudzu maize (A01)	40	2,4	0,5	16,4	80						
P5 Citronūdens (bez cukura)	200	0,0	0,0	16,5	65						

Kopā: Pusdienas(P) E100% 22,2 25,4 88,7 679

PIEVIENOTAIS SĀLS 0,65 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 3 grami
AUGLI un OGAS 0 grami
DĀRZENI 142,7 grami
KARTUPELI 53,4 grami
GALA un ZIVIS 40 grami
PIENA PRODUKTI 0 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

KOPĀ: 22,2 25,4 88,7 679

Trešdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Frikadeļu zupa bez krējuma	150/25	6,7	13,9	16,3	219						
P2 Auzu pārslu biezp. ar ievār.PO (A01)	250/20	5,4	4,6	40,6	225						
P3 Rudzu maize (01)	20	1,8	0,4	12,3	60						
P4 Ābolu kompots	200	0,1	0,2	8,2	35						

Kopā: Pusdienas(P) E100% 14,1 19,0 77,3 539

PIEVIENOTAIS SĀLS 0,628 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 6,78 grami
AUGLI un OGAS 40 grami
DĀRZENI 49,558 grami
KARTUPELI 70 grami
GALA un ZIVIS 30 grami
PIENA PRODUKTI 0 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

KOPĀ: 14,1 19,0 77,3 539

Ceturtdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Skābētu kāpostu zupa bez krējuma	170	6,9	9,5	11,6	162						
P2 Cūkgaļas gulašs bez krējuma (A01)	27/53	9,9	11,3	4,2	159						
P3 Vārīti griķi	130	6,5	1,6	35,9	181						
P4 Svaigu kāpostu-burkānu salāti 50	50	0,8	1,0	3,9	26						
P5 Rudzu maize (A01)	20	1,2	0,2	8,2	40						
P6 Apelsīnūdens (bez cukura)	200	0,0	0,0	0,4	2						

Kopā: Pusdienas(P) E100% 25,4 23,7 64,3 569

PIEVIENOTAIS SĀLS 1,44 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 1 grami
AUGLI un OGAS 6 grami
DĀRZENI 140,9 grami
KARTUPELI 59 grami
GALA un ZIVIS 87 grami
PIENA PRODUKTI 0 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

KOPĀ: 25,4 23,7 64,3 569

Piektdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Plovs bez krējuma	200	12,1	14,6	26,9	289						
P2 Biešu-gurķu salāti	50	0,4	0,0	0,8	6						
P3 Rudzu maize (A01)	40	2,4	0,5	16,4	80						
P4 Ābolu uzpūtenis ar pienu (A07)	100/10	4,7	2,8	22,4	135						
P5 Citronūdens (bez cukura)	200	0,1	0,0	0,4	2						
P6 Banāns	100	1,5	0,1	21,0	91						

Kopā: Pusdienas(P) E100% 21,3 18,1 87,9 603

PIEVIENOTAIS SĀLS 0 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 5 grami
AUGLI un OGAS 115 grami
DĀRZENI 77,02 grami
KARTUPELI 0 grami
GALA un ZIVIS 50 grami
PIENA PRODUKTI 105 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

KOPĀ: 21,3 18,1 87,9 603

Sestdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal	Tauki	Oglihi	Kalor
P1 Makaroni ar gaļu (A01;07)	20/130	9,6	10,3	28,2	248						
P2 Burkānu salāti ar ķiplokiem (A07;03)	50	0,8	2,6	3,3	42						
P3 Ogu mērce ar putukrējumu(A07)	150/20	1,0	9,6	18,9	166						
P4 Rudzu maize (A01)	40	2,4	0,5	16,4	80						
P5 Citronūdens (bez cukura)	200	0,0	0,0	0,2	1						
P6 Ābols	100	0,3	0,4	13,0	57						

Kopā: Pusdienas(P) E100% 14,2 23,5 80,0 594

PIEVIENOTAIS SĀLS 0,53 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 10 grami
AUGLI un OGAS 138 grami
DĀRZENI 54,2 grami
KARTUPELI 0 grami
GALA un ZIVIS 30 grami
PIENA PRODUKTI 8 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

KOPĀ: 14,2 23,5 80,0 594

PIEVIENOTAIS SĀLS 3,248 grami
PIEVIENOTAIS CUKURS 25,78 grami
AUGLI un OGAS 299 grami
DĀRZENI 464,378 grami
KARTUPELI 182,4 grami
GALA un ZIVIS 237 grami
PIENA PRODUKTI 113 grami
BIEZPIENS SIERS 0 grami

„Skolas piens” tiks izsniegts, ja ražotājs to spēs nodrošināt.

Sastādīja: SIA "Viedaga" tehnologs Sandra Jākobsone 3,09EUR
ĒDIENKARTE 06.05.-10.05.2025 PS ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"