

Pirmdiena												
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums						
	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor	
P1	Zirņu (šķelto) zupa bez krējuma	150	7,6	6,9	19,8	173						
P2	Makaroni ar sautētu vistas gaļu,bez krēj	150/20	10,0	10,8	34,7	282						
P3	Burkānu salāti ar eļļu	50	2,6	8,6	8,0	124						
P4	Rudzu maize (A01)	40	2,4	0,5	16,4	80						
P5	Sīrupa dzēriens	200	0,0	0,0	16,7	65						
Kopā: Pusdienas(P)						E100%	22,7	26,8	95,5	724		
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,25 grami						DĀRZENI 174,5 grami					KOPĀ:	
PIEVIENOTAIS CUKURS 3 grami						KARTUPEĻI 53,4 grami					PIENA PRODUKTI 0 grami	
AUGĻI un OGAS 0 grami						GAĻA un ZĪVIS 40 grami					BIEZPIENS,SIERS 0 grami	
											22,7 26,8 95,5 724	

Otrdiena												
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums						
	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor	
P1	Frikadeļu zupa bez krējuma	150/25	7,9	14,9	14,7	226						
P2	Auzu pārslu biezp. ar ievār.PO (A01)	250/20	4,4	4,0	35,6	195						
P3	Rudzu maize (01)	40	2,4	0,5	16,4	80						
P4	Augļu un ogu komposts	200	0,2	0,1	4,2	18						
P5	Skolas auglis	100	0,0	0,0	0,0	0						
Kopā: Pusdienas(P)						E100%	14,9	19,4	70,8	519		
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,628 grami						DĀRZENI 49,558 grami						
PIEVIENOTAIS CUKURS 6,78 grami						KARTUPEĻI 59,23 grami						
AUGĻI un OGAS 120 grami						GAĻA un ZĪVIS 40 grami						
						PIENA PRODUKTI 0 grami						
						BIEZPIENS,SIERS 0 grami						
						KOPĀ:						14,9 19,4 70,8 519

Trešdiena											
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums					
	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor
P1	Skābētu kāpostu zupa bez krējuma	170	6,8	9,5	11,2	160					
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%	25,3	23,7	63,8	567	
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,44 grami						DĀRZENI 132,3 grami					
PIEVIENOTAIS CUKURS 1 grami						KARTUPEĻI 59 grami					
AUGĻI un OGAS 6 grami						GAĻA un ZĪVIS 87 grami					
						PIENA PRODUKTI 0 grami					
						BIEZPIENS,SIERS 0 grami					
						KOPĀ:					25,3 23,7 63,8 567

Ceturtdiena																
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums										
	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		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	Sulas uzpūtenis ar mandeļu pienu	100/10	2,3	1,3	28,0	133										
P5	Citronūdens (bez cukura)	200	0,1	0,0	0,4	2										
P6	Skolas auglis	100	0,0	0,0	0,0	0										
Kopā: Pusdienas(P)						E100%	17,4	16,5	72,6	510						
PIEVIENOTAIS SĀLS 0 grami						DĀRZENI 77,02 grami					KOPĀ:		17,4	16,5	72,6	510
PIEVIENOTAIS CUKURS 5 grami						KARTUPEĻI 0 grami					PIENA PRODUKTI 0 grami					
AUGĻI un OGAS 115 grami						GAĻA un ZĪVIS 50 grami					BIEZPIENS.SIERS 0 grami					

Piektdiena													
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums							
	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglihi	Kalor		
P1	Rīsu piena zupa ar nūdelēm (A01)	250	3,3	3,1	45,1	220	P8	Skolas auglis	100	0,0	0,0	0,0	
P2	Kotlete (A01;03)	75	10,3	11,6	5,7	169							
P3	Vārīti kartupeļi 150	150	3,1	0,2	22,9	109							
P4	Rīsu piena mērce (A01)	50	0,5	1,7	7,2	46							
P5	Svaigs tomāts	50	0,8	4,0	4,3	57							
P6	Rudzu maize (A01)	30	1,8	0,4	12,3	60							
P7	Asorti dzēriens	200	0,1	0,2	8,2	35							
Kopā: Pusdienas(P)						E100%	19,9	21,2	105,8	695			
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,28 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 4 grami AUGĻI un OGAS 140 grami						DĀRZENI 53 grami KARTUPEĻI 155 grami GAĻA un ZĪVIS 52,5 grami						KOPĀ: 19,9 21,2 105,8 695	
PIEVIENOTAIS SĀLS 4,598 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 19,78 grami AUGĻI un OGAS 381 grami						DĀRZENI 486,378 grami KARTUPEĻI 326,63 grami GAĻA un ZĪVIS 269,5 grami						PIENA PRODUKTI 0 grami BIEZPIENS,SIERS 0 grami	