

Ēdienreize	Ēdienu nosaukums	1 porcija		Uzturvielas							
				Olbaltumvielas		Tauki		Ogļhidrāti		Energija (kcal)	
		1-4kl.	5-9kl.	1-4kl.	5-9kl.	1-4kl.	5-9kl.	1-4kl.	5-9kl.	1-4kl.	5-9kl.
Brokastis	Kukurūzas putraimu biežputra	200	300	5.2	7.8	6.4	9.6	3	4.5	197.48	296.22
	Ābolu ievārījums	50	75	0.18	0.27	0	0	42.66	63.99	171.36	257.02
	Graudu maize ar sviestu,sv.gurķi	20,5,30	40,10,60	2.06	4.12	3.87	7.74	11.68	23.36	96.75	193.5
	Ābols-skolas pr.	100	100	0.4	0.4	0.8	0.8	9.8	9.8	48	48
Alergēni	Kviešu milti, piens,sviests										
Pusdienas	Mājas soļanka ar kartupeļiem	200/6	300/8	14.41	21.54	5.66	8.46	17.2	25.71	179.46	268.31
	Rupjmaize	50	50	3.6	3.6	0.6	0.6	24.6	24.6	119.4	119.4
	Plātsmaizes gabaliņš	100	150	5.66	8.64	11.2	16.8	11	15.15	246.22	369.33
	Upeņu sulas dzēriens	150	150	0	0	0	0	18.81	18.81	75.56	75.56
Alergēni	Olas,piens,kviešu milti,rudzu milti,sk.kr.										
Launags	Cepti dārzeņi	130	200	2.65	4.2	6.36	9.04	18.2	28	138.07	212.42
	Skābs krējums	30	60	0.84	1.68	6	12	0.96	1.92	61.2	122.4
	Kefīrs	150	300	4.4	8.8	0.1	0.2	5.6	11.2	44.9	89.8
Alergēni:	Kefīrs,sk.krējums										
Kopā				39.4	61.05	40.99	65.24	163.51	227.04	1378.4	2051.96
M.K.				35-80	50-103	46-83	67-107	156-321	225-413	1390-2140	2000-2750

Ēdienkarte var tikt mainīta preču piegādes problēmu dēļ.

Ēdienkarti sastādīja virtuves vad. Ināra Lejniece