

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	Rīsu biezputra	200	300	5.14	7.71	6.56	9.84	30	45	193.6	290.4
	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
	Piens-skolas pr.	200	200	5.6	5.6	5	5	9.6	9.6	105	105
	Ābols-skolas pr.	100	100	0.4	0.4	0.8	0.8	9.8	9.8	48	48
Alerģēni	Kviešu milti, piens,sviests										
Pusdienas	Mājas soļanka ar kartupeļiem	200/6	200/6	14.41	14.41	5.66	5.66	17.2	17.2	179.46	179.46
	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
Alerģēni	Olas,piens,kviešu milti,rudzu milti										
Launags	Šķelto zirņu biezenis	150	300	7.35	14.7	5.25	10.5	18.75	37.5	134.09	268.18
	Tēja ar cukuru	200/10	300/10	0	0	0	0	12.65	12.65	51.22	51.22
	Saldskābmaize ar sviestu	20.6	40.12	1.86	3.72	4.48	8.96	12.34	24.68	97.16	194.32
Alerģēni:	Kefirs,sviests,kviešu milti										
Kopā			46.26	63.17	43.42	65.9	219.09	302.34	1517.82	2151.39	
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