

Ēdienreizes	Ēdienu nosaukums	1 porcija		Uzturvielas							
				Olbaltumvielas		Tauki		Ogļhidrāti		Energija (kcal)	
		3-6g.	1-2g.	3-6g.	1-2g.	3-6g.	1-2g.	3-6g.	1-2g.	3-6g.	1-2g.
Brokastis	Auzu pārslu biezputra	100	50	3	1.5	3.67	1.83	13.34	6.67	103.46	51.73
	Graudu maize ar sviestu,sieru	20,5,20	20,5,20	5	5	9.1	9.1	12.6	12.6	131.2	131.2
	Upeņu -ābolu ievārījums	25	10	0	0	0	0	21.33	7.06	85.68	28.56
	Tēja ar cukuru	200	150	0	0	0.01	0	12.74	9.55	51.31	38.48
	Ābols-skolas pr.	100	100	0.4	0.4	0.8	0.8	9.8	9.8	48	48
Alerģēni	Auzu pārslas,piens,sviests,siers,kviešu milti										
Pusdienas	Makaroni ar gaļu,dārzeniņiem	150	100	12.97	8.64	7.89	5.26	24.56	16.37	221.23	147.48
	Tomātu,ķīnas kāpostu salāti ar sk.kr.	50	50	0.58	0.58	1.25	1.25	1.6	1.6	20.07	20.07
	Biezpiena masa salda	55	35	5.18	3.3	10.12	7.08	4.58	2.91	139.44	88.73
	Ābolu ķīselis	100	50	0	0	0	0	23.25	11.62	95.62	47.81
Alerģēni	Salds krējums,kviešu milti,biezpiens										
Launags	Kartupeļu biezenis	120	80	2.61	1.74	3.03	2.02	16.34	10.89	103.14	68.76
	Piens-skolas pr.	200	100	5.6	2.8	5	2.5	9.6	4.8	105	52.5
	Karaša ar sviestu	20.5	20.5	1.86	1.86	4.48	4.48	12.34	12.34	97.16	97.16
Alerģēni:	Sviests,piens,kviešu milti										
Kopā			37.2	25.82	45.35	34.32	162.08	106.21	1201.31	820.48	
M.K.			22-44	18-30	29-52	24-36	97-176	81-120	860-1170	720-800	

Ēdienkarte var tikt mainīta preču piegādes problēmu dēļ.

Ēdienkarti sastādīja virtuves vad. Ināra Lejniece