

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	Asorti biezputra	150	75	5.01	2.5	6.12	3.06	20.01	10	155.17	77.58
	Ābolu ievārijums	25	10	0	0	0	0	21.33	7.06	85.68	28.56
	Graudu maize ar sviestu, lociņiem	20,5,10	20,5,10	1.35	1.35	4.34	4.34	11.56	11.56	80.7	80.7
	Tēja ar cukuru	200/10	150/5	0	0	0	0	12.65	9.4	51.22	38.5
Alergēni	Auzu pārslas, piens, sviests, kviešu milti										
Pusdienas	Mājas soļanka ar kartupeļiem, sk.kr.	200/6	150/4	14.41	10.8	5.66	4.24	17.2	12.9	179.46	134.59
	Rupjmaize	25	25	1.8	1.8	0.3	0.3	12.3	12.3	59.7	59.7
	Ievārijuma maizīte	80	60	4.1	3.07	2.34	1.75	29.42	22.06	155.04	116.28
	Ābolu sulas dzēriens	150	100	0	0	0	0	26.07	17.38	104.68	69.78
Alergēni	Sk.kr., kviešu milti, olas, piens, rudzu milti										
Launags	Vārīti, cepti kartupeļi	100	80	2.65	2.1	6.36	4.52	18.2	14	128.07	96.21
	Sk.krējums	20	10	0.56	0.28	4	2	0.64	0.32	40.8	20.4
	Piens-skolas pr.	200	200	5.6	5.6	5	5	9.6	9.6	105	105
Alergēni:	Sk.kr., piens										
Kopā			35.48	27.5	34.12	25.21	178.98	126.58	1145.52	827.3	
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