

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	75	3	2.25	3.67	2.75	13.34	10	103.46	77.95
	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
Alergēni	Auzu pārslas,piens,sviests,siers,kviešu milti										
Pusdienas	Plovs ar cūkgaļu	100	75	14.75	11.06	4.9	3.67	15.05	11.62	203.55	152.66
	Tomātu salāti ar sk.krējumu	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
Alergēni	Salds krējums,kviešu milti,rudzu milti,biezpiens										
Launags	Vārīti,cepti kartupeļi	130	100	2.65	2.1	6.36	4.52	18.2	14	138.07	106.21
	Piens-skolas pr.	200	100	5.6	2.8	5	2.5	9.6	4.8	105	52.5
	Sk.krējums	20	10	0.56	0.28	4	2	0.64	0.32	40.8	20.4
Alergēni:	Sviests,piens,										
Kopā				37.72	27.77	45.21	33.67	142.73	95.88	1162.2	812.57
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