

	Pirmdiena	Daudz.g 1-2g	Daudz.g 3-6g	Otrdiena	Daudz.g 1-2g	Daudz.g 3-6g	Trešdiena	Daudz.g 1-2g	Daudz.g 3-6g	Ceturtdiena	Daudz.g 1-2g	Daudz.g 3-6g	Piektdiena	Daudz.g 1-2g	Daudz.g 3-6g
Brokastis	1. Auzu pārslas biezputra ar ievārījumu (ar rīsu pienu) (A-01) 2. Cepums bez piena (A-01) 3. Tēja	120/10 20 150	150/10 20 180	1. Miežu pārslas biezputra ar ievārījumu (ar rīsu pienu) (A-01) 2. Galete ar vegānu sieru 3. Tēja	120/10 10/10 150	150/10 10/10 180	1. Rīsu biezp. ar ievārījumu (ar rīsu pienu) 2. Galete ar tomātu 3. Tēja	120/10 10/30 150	150/10 10/30 180	1. Griķu biezputra ar ievārījumu (ar rīsu pienu) 2. Rīsu galette ar gaļu 3. Tēja	120/10 10/10 150	150/10 15/10 180	1. Manna biezputra ar ievārījumu (ar rīsu pienu) (A-01) 2. Rīsu alete ar gurķi 3. Tēja	120/10 10/20 150	150/10 10/20 180
Pusdienas	1. Lēcu zupa, rudzu maize (A-01) 2. Vārīti makaroni (A-01) 3. Vistas gulašs(A-01) 4. Tomāts 5. Augļu kompots	150/15 100 60 50 150	180/15 120 85 50 180	1. Laša zupa ar brūniem rīsiem, rudzu maize (A-01,04) 2. Kartupeļu biezputra 3. Vistas filejas plācenīši ar dārzeņiem (A-01) 4. Burkānu salāti 5. Augļu kompots	150/15 100 60 50 150	180/15 120 60 60 180	1. Sv. kāpostu zupa, rudzu maize (A-01) 2. Vārīti griķi 3. Tefteli dārzeņu mērcē (A-01) 4. Biešu salāti(tvaicētie) 5. Augļu kompots	150/15 100 60 50 150	180/15 120 60 50 180	1. Vistas zupa ar risoni, rudzu maize (A-01) 2. Vistas gaļas plov ar dārzeņiem 3. Sv. gurķis 4. Augļu kompots	150/15 100/40 50 150	180/15 120/40 50 180	1. Borščs, rudzu maize (A-01) 2. Kartupeļi 3. Tītara kotlete (A-01) 4. Dārzeņu salāti 5. Augļu kompots	150/15 100 60 50 150	180/15 120 60 50 180
Launags	1. Sojas jogurts (A-06) 2. Pārslas (A-01,05) 3. Auglis (sk.pavadz.)	120 30 50	120 30 80	1. Veģ. sieriņš 2. Rīsu galette ar džemu 3. Auglis (sk.pavadz.) 4. Tēja	45 10/5 50 150	45 10/5 80 180	1. Bulciņa (A-01) 2. Auglis (sk.pavadz.) 3. Tēja	60 50 180	60 80 180	1. Kartupeļu pankūka 2. Auglis (sk.pavadz.) 3. Tēja	80 50 150	80 80 180	1. Makaroni ar vegānu sieru (A-01) 2. Rīsu dzeriens 3. Auglis (sk.pavadz.)	100/20 150 50	130/20 180 80
	Kcal Olbv. (g.) Tauki (g.) Ogļh. (g.)	730 21 27 104	910 27 32 119		732 22 26 105	945 40 38 157		737 20 25 109	998 49 36 144		732 30 29 99	995 41 42 132		731 19 28 87	1099 41 32 141

Pēc normām	Olbv.	Tauki	Ogļh.	Energija kcal
1-2 gadi	18-30	24-36	81-120	720-800
3-6 gadi	22-44	29-52	97-176	860-1170

Ēdienam pievienotā sāls daudzums nepārsniedz 0,4 g uz 100 g produkta un kopējais pievienotā sāls daudzums ēdienā nepārsniedz 2 g dienā. Ēdienam pievienotā cukura daudzums nepārsniedz 11 g dienā.

Ēdienkarte var tikt mainīta, ja tas saistīts ar pārtikas piegādātājiem

vai kādiem citiem apstākļiem. Izmaiņas skatīt pavadzīmē. Auglis atšifrēts pavadzīmē.

Saskaņā ar MK noteikumiem 172. MK 27.09.2022 noteikumi Nr.606/LV,189,29.09.2022./Stājas spēkā 04.08.2023

*A 01- Kvieši, rudzi, mieži, auzas
*A 02- Vēžveidīgie un to produkti
*A 03- Oļas un to produkti
*A 04- Zivis un to produkti
*A 05- Zemesrieksti un to produkti
*A 06- Sojas pupas un to produkti
*A 07- Piens un tā produkti

*A 08- Rieksti, t.i., mandeļi, lazdu rieksti, valrieksti, Indijas rieksti, Brazīlijas rieksti, pistācijas rieksti un to produkti

*A 09- Selerijas un to produkti
*A 10- Sinepes un to produkti
*A 11- Sezama sēklas un to produkti
*A 12- Sēra dioksīds un sulfīti
*A 13- Lupīna un tās produkti
*A 14- Gliemji un to produkti