

Ēdienreize	Pirmdiena	Daudz. (g)	Otrdiena	Daudz. (g)	Trešdiena	Daudz. (g)	Ceturtdiena	Daudz. (g)	Piektdiena	Daudz. (g)
<b>Pusdienas</b>	1. Lēcu zupa, sk. krējums, rudzu maize (A-01,07) 2. Vārīti makaroni ar boloņas mērci (A-01) 3. Tomāts 4. Augļu kompots	200/10/ 15 150/70 100 200	1. Laša zupa ar brūniem rīsiem, sk. krējums, rudzu maize (A01,04,07) 2. Kartupeļu biežputra (A-07) 3. Vistas filejas plācenīši ar dārzeņiem (A-01) 4. Burkānu salāti 5. Augļu kompots	200/ 10/15 150 100 100 100 200	1. Sv. kāpostu zupa, sk. krējums, rudzu maize (A-01,07) 2. Vārīti griķi 3. Meatballs rīvmaizē (A-01) 4. Biešu salāti(tvaicētie) 5. Augļu kompots	200/10/ 15 150 100 100 200	1. Vistas zupa ar risoni, rudzu maize (A-01) 2. Vistas gaļas plov ar dārzeņiem 3. Sv. gurķis 4. Augļu kompots	200/15 200 100 200	1. Borščs, sk. krējums, rudzu maize (A-01,07) 2. Kartupeļi 3. Tītara kotlete (A-01) 4. Dārzeņu salāti 5. Augļu kompots	200/10/ 15 150 90 100 200
<b>Launags</b>	1. Jogurts (A-07) 2. Pārslas (A-01,05) 3. Auglis (sk.pavadz.)	180 40 100	1. Biezpiens ar krējumu (A-07) 2. Baltmaize ar sviestu (A-01, 07) 3. Auglis (sk.pavadz.) 4. Tēja	80/20 20/5 100 200	1. Bulciņa (A-01) 2. Auglis (sk.pavadz.) 3. Tēja	60 100 200	1. Pankūkas ar krējumu(A-01,07) 2. Auglis (sk.pavadz.) 3. Tēja	80/15 100 200	1. Sendvič maizīte ar sviestu un sieru (A-01,07) 2. Kefīrs (A-07) 3. Auglis (sk.pavadz.)	30/10/ 20 180 100
<b>Kcal</b>		622		692		597		667		690
<b>Olbv. (g.)</b>		21		27		17		24		18
<b>Tauki (g.)</b>		28		25		30		23		20
<b>Ogļh. (g.)</b>		96		68		110		88		92

Pēc normām kompleksām pusdienām	Olbv.	Tauki	Ogļh.	Energija kcal
	12-28	16-29	55-113	490-750

Ēdienkarte var tikt mainīta, ja tas saistīts ar pārtikas piegādātājiem vai kādiem citiem apstākļiem. Izmaiņas skatīt pavadzīmē. Auglis atšifrēts pavadzīmē. Ēdienam pievienotā sāls daudzums nepārsniedz 0,4 g uz 100 g produkta un kopējais pievienotā sāls daudzums ēdienā nepārsniedz 2 g dienā.

Slīpā rakstā norādīti **ALERĢĒNI**

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- Olas 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., mandeles, lazdu rieksti, valrieksti, Indijas rieksti, Brazīlijas rieksti,

\*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  
pistācijas rieksti un to produkti