

Ēdienreize	Pirmdienas Ēdiena nosaukums	Daudz. g.	Otrdienas Ēdiena nosaukums	Daudz. g.	Trešdienas Ēdiena nosaukums	Daudz. g.	Ceturtdienas Ēdiena nosaukums	Daudz. g.	Piektdienas Ēdiena nosaukums	Daudz. g.
<b>Pusdienas</b>	1. Pupiņu zupa, sk.krējums rudzu maize (A-01,07) 2. Makaroni ar dārzeņiem un malto gaļu (A-01) 3. Tomāts 4. Kompots	200/10 15 150/10/ 60 80 200	1.Vistas zupa ar rīsiem, rudzu maize (A-01) 2. Vārīti kartupeļi, krējums (A-07) 3. Cepta vistas fileja (A-01,03) 4. Kāpostu salāti 5. Kompots	200/15 150/15 80 100 200	1. Sk. Kāpostu zupa, sk.krējums, rudzu maize (A-01,07) 2. Vārīti rīsi 3. Malta gaļa meksikāņu gaumē (A-01) 4. Svaigais gurķis 5. Kompots	200/10/ 15 150 100 100 200	1. Biešu zupa, sk. krējums, rudzu maize (A-01,07) 2.Zivju kotlete (A-01,04) 3. Kartupeļu- burkānu biezenis (A-07) 4. Dārzeņu salāti 5. Kompots	200/10/15 80 150 100 200	1. Puķkāpostu zupa ar zaļajiem zirnīšiem, sk. krējums, rudzu maize (A-01,07) 2. Vārīti griķi 3. Meatballs in breadcrumbs (A-01) 4. Burkānu salāti 5.Kompots	200/10/ 15 150 80 100 200
<b>Launags</b>	1. Pankūkas ar krējumu (A-01,07) 2. Auglis (sk.pavadz.) 3.Tēja	80/15 100 200	1. Jogurts (A-07) 2. Pārslas (A-01,05) 3. Auglis (sk.pavadz.)	180 40 100	1. Biezpiens ar krējumu (A-07) 2. Auglis (sk.pavadz.) 3. Baltmaize ar sviestu (A-01,07) 4. Tēja	85/15 100 15/5 200	1. Bulciņa(A-01) 2. Piens (A-07) 3. Auglis (sk.pavadz.)	60 180 100	1. Biezpiena sacepums (A-01,03,07) 2. Auglis (sk.pavadz.) 3. Tēja	80 100 200
<b>Kcal</b>		650		690		627		649		615
<b>Olbv. (g.)</b>		19		25		22		20		24
<b>Tauki (g.)</b>		25		26		22		21		19
<b>Ogļh. (g.)</b>		106		110		90		87		102

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

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

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

Ēdienkarte var tikt mainīta, ja tas saistīts ar pārtikas piegādātājiem

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

Bērnam ar speciālu uzturu visi produkti tiek aizvietoti uz bezglutēna, bezlaktozes vai citiem speciāliem produktiem

Slīpā rakstā norādīti **ALERĢĒNI**

\*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,

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