

	Pirmdiena	Daudz g 1-4kl.	Daudz g 5-9kl.	Otrdiena	Daudz g 1-4kl.	Daudz g 5-9kl.	Trešdiena	Daudz g 1-4kl.	Daudz g 5-9kl.	Ceturtdiena	Daudz g 1-4kl.	Daudz g 5-9kl.	Piektdiena	Daudz g 1-4kl.	Daudz g 5-9kl.
Pusdienas	1. Dārzeņu krēmzupa ar grauzdīņiem <i>(A-01)</i> 2. Spagetti ar dārzeņiem un malto gaļu <i>(A-01)</i> 3. Tomāts 4. Tēja	200/10 150/10 /60 80 200	250/10 150/10 /60 80 200	1.Vistas zupa ar rīsiem, rudzu maize <i>(A-01)</i> 2. Vārīti kartupeļi 3. Cepta vistas fileja <i>(A-01,03)</i> 4. Kāpostu salāti mix 4. Tēja	200/15 150 90 100 200	250/15 150 90 100 200	1. Ukrainu borščs ar pupiņām, rudzu maize <i>(A-01)</i> 2. Vārīti rīsi 3. Bērnu Čili con carne ar kukurūzu <i>(A-01)</i> 4. Svaigo gurķu salāti ar dillēm 5. Tēja	200/10 150 100 100 200	250/10 150 100 100 200	1.Laša zupa, rudzu maize <i>(A-01,04)</i> 2.Vistas kotlete <i>(A-01)</i> 3. Kartupeļu biezenis 4. Dārzeņu salāti ar kukuruzu un olīveļļu 4. Tēja	200/10 80 150 100 200	250/10 100 150 100 200	1. Biešu zupa, rudzu maize <i>(A-01)</i> 2. Plovs ar vistu un dārzeņiem 4. Burkānu salāti ar sezam sēkliņam <i>(A-11)</i> 5. Tēja	200/10 150/ 100 100 200	250/10 150/ 100 100 200
Launags	1. Cāļa gaļas desīņa ar maizi <i>(A-01)</i> 2. Auglis (sk.pavadz.)	2 gb. 100	2.gb. 100	1. Vegānu sieriņš <i>(A-06)</i> 2. Auglis(sk.pavadz.) 3. Cepums bez piena <i>(A-01)</i> 4. Tēja	45 100 20 200	45 100 20 200	1. Kanēļu maizīte <i>(A-01)</i> 2. Tēja 3. Auglis	1 gb. 200 100	1 gb. 200 100	1. Jogurts bez piena <i>(A-06)</i> 2. Ābolu pīrādziņš <i>(A-01)</i>	75 1 gb.	75 1 gb.	1. Kartupeļu pankūkas 2. Auglis (sk.pavadz.) 3. Tēja	2gb 100 200	2gb 100 200
	Kcal Olīv. (g.) Tauki (g.) Ogļh. (g.)	650 19 25 106	751 20 29 117		690 25 26 110	793 27 30 122		627 22 22 90	730 24 26 101		649 20 21 87	743 23 25 96		615 24 19 102	726 26 24 110

Kartu dienu 150ml svaigais piens

Pēc normām kompleksām pusdienām	Olīv.	Tauki	Ogļh.	Enerģija kcal
1-4 klase	12-28	16-29	55-113	490-750
5-9 klase	18-36	23-37	79-144	700-960

- *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

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.

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

Slīpā rakstā norādīti **ALERĢĒNI**