

PIRMDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
Alerg.							Alerg.						
Gat.sv							Gat.sv						
Olbal.							Olbal.						
Tauki							Tauki						
Oglhi							Oglhi						
Kalor							Kalor						
P1 Frikadeļu zupa/krējums													
P2 Makaroni Matrožu gaumē													
P3 Burkāni ar sēkliņām													
P4 Sulas dzēriens													
P5 Kviešu baltmaize													
P6 Auglis													
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.8 grami							DĀRZENĪ 130.5 grami						
PIEVIENOTAIS CUKURS 5.1 grami							KARTUPEĻI 40 grami						
AUGĻI un OGAS 80 grami							PIENS, skābie produkti 5 grami						
							KOPĀ:						
							BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
							GAĻA, ZIVIS 60.4 grami						
							Skolas piens 0 grami						
							23.2 22.8 80.3 629						
OTRDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
Alerg.							Alerg.						
Gat.sv							Gat.sv						
Olbal.							Olbal.						
Tauki							Tauki						
Oglhi							Oglhi						
Kalor							Kalor						
P1 Dārzeņu zupa ar gaļu un z.zirn/krējum													
P2 Cūkgaļas teftelis krējumā mērcē													
P3 Vārīti kartupeļi													
P4 Skābu kāpostu salāti ar eļļu													
P5 Ābolu sulas dzēriens													
P6 Rudzu maize													
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.922 grami							DĀRZENĪ 120.3 grami						
PIEVIENOTAIS CUKURS 5.1 grami							KARTUPEĻI 165 grami						
AUGĻI un OGAS 0 grami							PIENS, skābie produkti 27 grami						
							KOPĀ:						
							BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
							GAĻA, ZIVIS 52 grami						
							Skolas piens 0 grami						
							18.0 18.9 60.4 494						
TREŠDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
Alerg.							Alerg.						
Gat.sv							Gat.sv						
Olbal.							Olbal.						
Tauki							Tauki						
Oglhi							Oglhi						
Kalor							Kalor						
P1 Pupiņu zupa ar gaļu/krējums													
P2 Sautēta vistas gaļa mērcē													
P3 Rīsi vārīti													
P4 Kāpostu- sv.gurķu salāti ar dillēm													
P5 Kefīrs													
P6 Kviešu baltmaize													
P7 Auglis													
PIEVIENOTAIS SĀLS 3.51 grami							DĀRZENĪ 110.41 grami						
PIEVIENOTAIS CUKURS 0.15 grami							KARTUPEĻI 28.6 grami						
AUGĻI un OGAS 80 grami							PIENS, skābie produkti 248.2 grami						
							KOPĀ:						
							BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
							GAĻA, ZIVIS 52 grami						
							Skolas piens 0 grami						
							27.0 25.0 81.6 660						
CETURTDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
Alerg.							Alerg.						
Gat.sv							Gat.sv						
Olbal.							Olbal.						
Tauki							Tauki						
Oglhi							Oglhi						
Kalor							Kalor						
P1 Zivju zupa ar dārzeņiem un krējumu													
P2 Malta gaļa tomātu mērcē													
P3 Vārīti griķi													
P4 Ķīnas kāpostu- tomātu salāti ar eļļu													
P5 Piens													
P6 Rudzu maize													
P7 Auglis													
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.03 grami							DĀRZENĪ 100.35 grami						
PIEVIENOTAIS CUKURS 0.2 grami							KARTUPEĻI 45 grami						
AUGĻI un OGAS 80 grami							PIENS, skābie produkti 205 grami						
							KOPĀ:						
							BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
							GAĻA, ZIVIS 57 grami						
							Skolas piens 0 grami						
							25.0 19.6 75.6 601						
PIEKTDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
Alerg.							Alerg.						
Gat.sv							Gat.sv						
Olbal.							Olbal.						
Tauki							Tauki						
Oglhi							Oglhi						
Kalor							Kalor						
P1 Vistas zupa ar mīežu putaiņiem													
P2 Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu													
P3 Gurķis marinēts													
P4 Dzeriens- zemeņu													
P5 Graudu maize													
P6 Auglis													
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.2 grami							DĀRZENĪ 208.4 grami						
PIEVIENOTAIS CUKURS 5 grami							KARTUPEĻI 127 grami						
AUGĻI un OGAS 99 grami							PIENS, skābie produkti 15 grami						
							KOPĀ:						
							BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
							GAĻA, ZIVIS 40 grami						
							Skolas piens 0 grami						
							18.6 19.0 61.1 501						
PIEVIENOTAIS SĀLS 7.462 grami							DĀRZENĪ 669.96 grami						
PIEVIENOTAIS CUKURS 15.55 grami							KARTUPEĻI 405.6 grami						
AUGĻI un OGAS 339 grami							PIENS, skābie produkti 500.2 grami						
							BIEZPIENS, SIERS 0 grami						
							GAĻA, ZIVIS 261.4 grami						
							Skolas piens 0 grami						