

PIRMDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Mannas biezputra ar pienu/ievār.	1,7	150/10	5.2	2.2	28.4	154	L3 Tēja ar cukuru		150/	0.0	0.0	2.0	8
B2 Sviestmaize ar sieru	1,7,11	20/5/20	3.4	9.2	8.9	131							
B3 Tēja ar cukuru		150/	0.0	0.0	2.0	8							
P1 Frikadēļu zupa/krējums	7	200/5	4.8	6.1	7.3	105							
P2 Makaroni Matrožu gaumē	1	150	13.1	11.5	24.2	258							
P3 Burkāni ar sēkliņām		60	1.8	5.7	4.2	78							
P4 Sulas dzēriens		150	0.2	0.0	5.6	23							
P5 Rudzu maize	1	20/	1.1	0.3	8.2	45							
L1 Biezpiens ar dillēm un krējumu/Graud	1,7	40/20/2	10.4	6.7	12.3	180							
L2 Āboli (auglis)		80	0.3	0.2	8.0	38							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.08 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 8.1 grami AUGĻI un OGAS 80 grami							DĀRZENI 112.6 grami KARTUPEĻI 40 grami PIENS, skābie produkti 140 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 65 grami GAĻA, ZIVIS 70.4 grami						
							40.2 41.9 110.9 1029						
							Skolas piens 0 grami						

OTRDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Auzu pārslu biezputra	1,7	150	5.3	3.4	17.7	128	L2 Auglis		80	0.7	0.2	7.8	32
B2 Sviestmaize ar gurķi	1,7	20/5/15	1.8	4.3	10.2	87	L3 Jogurts	7	110	4.4	1.4	8.7	79
B3 Tēja ar cukuru		150/	0.0	0.0	2.0	8							
P1 Dārzenu zupa ar gaļu un z.zirn/krējum	7	200/5	3.5	5.8	7.9	103							
P2 Cūkgālas tefteļis krējumā mērcē	1,3,7	60/40	9.7	9.4	11.7	171							
P3 Vārīti kartupeļi		100	2.2	0.1	16.3	77							
P4 Skābu kāpostu salāti ar eļļu		50	0.4	3.0	2.2	36							
P5 Ābolu sulas dzēriens		150/	0.2	0.0	5.6	23							
P6 Rudzu maize	1	20/	1.1	0.3	8.2	45							
L1 Sviestmaize ar desu	1,7	20/5/10/	4.2	7.6	10.6	130							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0.972 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 6.1 grami AUGĻI un OGAS 80 grami							DĀRZENI 125.3 grami KARTUPEĻI 145 grami PIENS, skābie produkti 240 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 52 grami						
							33.5 35.6 109.0 918						
							Skolas piens 0 grami						

TREŠDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Olu kultenis	3,7	105	10.7	11.3	2.5	155							
B2 Graudu maize/sviests/desa	1,7	20/5/20	4.2	7.6	10.6	130							
B3 Tēja ar cukuru		150/	0.0	0.0	2.0	8							
P1 Pupiņu zupa ar gaļu/krējums	7	200/5	5.1	6.0	12.2	126							
P2 Sautēta vistas gaļa mērcē	1,7	80	8.1	9.6	3.8	136							
P3 Rīsi vārīti		100	3.0	1.2	29.7	140							
P4 Kāpostu- sv.gurķu salāti ar dillēm		60	0.9	1.1	3.0	22							
P5 Kefīrs	7	150	4.8	3.0	5.7	72							
L1 Mannā biezputra ar ogu mērci	1,7	80/80	3.0	1.3	28.6	141							
L2 Auglis		80	0.7	0.2	7.8	32							
PIEVIENOTAIS SĀLS 3.21 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 9.65 grami AUGĻI un OGAS 80 grami							DĀRZENI 109.21 grami KARTUPEĻI 28.6 grami PIENS, skābie produkti 283 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 52 grami						
							40.4 41.2 106.0 961						
							Skolas piens 0 grami						

CETURTDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 5 graudu biezputra	1,7	150	5.1	2.6	21.2	133	L2 Tēja ar cukuru		150/	0.0	0.0	2.0	8
B2 Sviestmaize ar biezpiena masu	1,7,11	20/26	5.1	3.4	9.0	87	L3 Auglis		80	0.7	0.2	7.8	32
B3 Tēja Karkade		150/	0.0	0.0	2.0	8							
P1 Zivju zupa ar dārzeniem un krējumu	4,7	200/5	2.6	3.2	8.7	83							
P2 Maltā gaļa tomātu mērcē	1	80	12.0	15.1	4.4	201							
P3 Vārīti griķi		100	3.6	0.6	29.0	138							
P4 Kompots - ābolu		150	0.1	0.0	3.8	17							
P5 Ķīnas kāpostu- tomātu salāti ar eļļu		55	1.2	3.0	1.8	41							
P6 Rudzu maize	1	20/	1.1	0.3	8.2	45							
L1 Vārīti makaroni/siers/tomāts	1,7	80/13/5	6.3	5.1	16.1	139							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.43 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 7.8 grami AUGĻI un OGAS 98.5 grami							DĀRZENI 143.85 grami KARTUPEĻI 45 grami PIENS, skābie produkti 110.2 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 35.1 grami GAĻA, ZIVIS 75 grami						
							37.8 33.5 114.0 931						
							Skolas piens 0 grami						

PIEKTDIENA													
Ēdiena nosaukums							Ēdiena nosaukums						
	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
B1 Rīsu biezputra	7	150	4.7	2.2	25.5	140	L3 Āboli (auglis)		70	0.3	0.1	7.0	34
B2 Sviestmaize ar vistas gaļu	1,7	24/13	5.0	4.4	9.9	99							
B3 Tēja ar cukuru		150/	0.0	0.0	2.0	8							
P1 Vistas zupa ar miežu putaiem	1,7	200/5	3.8	9.3	14.8	164							
P2 Dārzenu sautējums ar cūkggaļu	1,7	180	10.9	8.7	20.3	205							
P3 Burkāni un puravi ar krējumu	55	60	1.0	1.7	3.5	43							
P4 Rudzu maize	1	20/	1.1	0.3	8.2	45							
P5 Dzeriens- zemeņu		150	0.1	0.1	2.9	13							
L1 Karstmaize ar sieru	1,3,7	50	7.1	10.3	13.8	178							
L2 Piens	7	150	4.2	3.0	7.1	72							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1.31 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 6 grami AUGĻI un OGAS 85 grami							DĀRZENI 203.9 grami KARTUPEĻI 117 grami PIENS, skābie produkti 277.25 grami						
							KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 20 grami GAĻA, ZIVIS 56.6 grami						
							38.2 40.1 114.8 1000						
							Skolas piens 0 grami						
PIEVIENOTAIS SĀLS 8.002 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 37.65 grami AUGĻI un OGAS 423.5 grami							DĀRZENI 694.86 grami KARTUPEĻI 375.6 grami PIENS, skābie produkti 1050.45 grami						
							BIEZPIENS, SIERS 120.1 grami GAĻA, ZIVIS 306 grami						
							Skolas piens 0 grami						