

Nedēļas ēdienkarte (02.05.-06.05.2022)

1. -4 klašu izglītojamie

1.diena (02.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
16.1P	*A 07	Boršč ar krējumu 20%	200/5	1.700	4.170	9.810	83.570
		Karija rīsi ar sautētu vistas gaļu	170/40	13.756	14.037	53.886	396.963
S-02		Svaigu kāpostu salāti ar svaigu gurķi un eļļu	100	1.196	5.188	4.586	69.820
16.4P	*A 01	Rudzu maize	20	1.220	0.240	8.180	39.760
6.5		Karkade dzēriens	150	0.300	0.011	9.364	38.756
		Kopā		18.172	23.646	85.826	629
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

2.diena (03.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
16.1	*A 07; 03	Vistas gaļas zupa ar siera omleti	150/11	3.926	4.178	7.421	82.528
5.1	*A 01; 07; 03;	Cūkgaļas kotlete	70+/-5g	11.835	14.512	11.651	224.549
5.3		Vārīti griķi	130	7.800	2.042	38.442	203.358
20.4b	*A 01; 07	Saldā krējuma mērce	30	0.604	4.388	2.085	50.252
20.3P	*A 07	Burkānu-redīsu salāti ar krējumu	70	0.875	1.287	3.212	27.923
17.6	*A 01	Rudzu maize	20	1.220	0.240	8.180	39.600
17.7		Rabarberu – ābolu kompots	200	0.260	0.190	12.360	52.190
		Kopā		26.520	26.837	83.351	680
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

(04.05.2022) Svētku diena

4.diena (05.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
19.1	*A 07	Veģetārā pupiņu zupa ar krējumu	200/5	6.569	5.017	19.522	149.247
18.2	*A 01	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	250	13.469	14.246	46.895	369.669
19.4		Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu	80	3.045	4.840	3.229	68.648
19.6		Ābolu – ķiršu dzēriens	180	0.072	0.000	18.486	74.232
20.6P	*A 01	Rudzu maize	20	1.220	0.240	8.180	39.760
		Kopā		24.375	24.343	96.312	702
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

5.diena (06.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
	*A 01; 07	„Kurzemes” strogonovs	30/65	8.414	14.752	5.734	189.369
20.2		Vārīti kartupeļi	170	3.514	0.175	25.998	119.629
14.		Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	50	0.725	3.044	4.297	47.484
20.4P	*A 07	Biezpiena masa ar rozīnēm	65	7.905	7.925	9.688	141.699
20.5		Ābolu sulas mērce	100	0.060	0.003	15.166	60.934
20.6	*A 01	Rudzu maize	35	2.135	0.420	14.315	69.582
		Kopā		22.753	26.359	75.198	629
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ, NEPAREDZĒTU APSTĀKĻU VAI PRODUKTU PIEGĀDES AIZKĀVĒŠANĀS DĒL, ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA
PAPILDUS 2x nedēļā LAD PROGRAMMA „Piens un augļi skolai”

Slīpā rakstā norādīti ALERGĒNI

- *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., mandeļi, 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

Apstiprinu *S. Bērziņa*
 Apstiprinu *S. Bērziņa*
 medicīnas personas
 identifikators
 64230018854

Nedēļas ēdienkarte (02.05.-06.05.2022)

5. -9. klašu izglītojamie

1.diena (02.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Enerģ. vērt., Kcal
				Olīv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
16.1P	*A 07	Borščs ar krējumu 20%	200/5	1.700	4.170	9.810	83.570
		Karija rīsi ar sautētu vistas gaļu	200/45	16.049	16.377	62.867	463.124
S-02		Svaigu kāpostu salāti ar svaigu gurķi un eļļu	100	1.196	5.188	4.586	69.820
16.4P	*A 01	Rudzu maize	40	2.440	0.480	16.360	79.200
6.5		Karkade dzēriens	150	0.300	0.011	9.364	38.756
		Kopā		21.685	26.226	102.987	735
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				18-36	23-37	79-144	700-960

2.diena (03.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Enerģ. vērt., Kcal
				Olīv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
16.1	*A 07; 03	Vistas gaļas zupa ar siera omleti	250/15	5.967	6.216	12.157	128.436
5.1	*A 01; 07; 03;	Cūkgāļas kotlete	70+/-5g	11.835	14.512	11.651	224.549
5.3		Vārīti griķi	150	9.000	2.357	44.357	234.644
20.4b	*A 01; 07	Saldā krējuma mērce	30	0.604	4.388	2.085	50.252
20.3P	*A 07	Burkānu-redīsu salāti ar krējumu	70	0.875	1.287	3.212	27.923
17.6	*A 01	Rudzu maize	20	1.220	0.240	8.180	39.600
17.7		Rabarberu – ābolu kompots	200	0.260	0.190	12.360	52.190
		Kopā		29.761	29.190	94.002	758
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				18-36	23-37	79-144	700-960

(04.05.2022) Svētku diena

4.diena (05.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Enerģ. vērt., Kcal
				Olīv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
19.1	*A 07	Veģetārā pupiņu zupa ar krējumu	200/5	6.569	5.017	19.522	149.247
18.2	*A 01	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	300	16.163	17.095	56.274	443.603
19.4		Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu	80	3.045	4.840	3.229	68.648
19.6		Ābolu – ķiršu dzēriens	180	0.072	0.000	18.486	74.232
20.6P	*A 01	Rudzu maize	20	1.220	0.240	8.180	39.760
		Kopā		24.375	24.343	96.312	702
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				18-36	23-37	79-144	700-960

5.diena (06.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Enerģ. vērt., Kcal
				Olīv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
	*A 01; 07	„Kurzemes” strogonovs	30/65	8.414	14.752	5.734	189.369
20.2		Vārīti kartupeļi	200	4.133	0.207	30.587	140.740
14.		Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	70	1.015	4.262	6.016	66.478
20.4P	*A 07	Biezpiena masa ar rozīnēm	65	7.905	7.925	9.688	141.699
20.5		Ābolu sulas mērce	100	0.060	0.003	15.166	60.934
20.6	*A 01	Rudzu maize	50	3.050	0.600	20.450	99.000
		Kopā		24.710	27.749	115.748	811
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				18-36	23-37	79-144	700-960

**NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ, NEPAREDZĒTU APSTĀKĻU VAI PRODUKTU PIEGĀDES AIZKĀVĒŠANĀS DĒL, ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA
 PAPILDUS 2x nedēļā LAD PROGRAMMA „Piens un augļi skolai”**

Slīpā rakstā norādīti ALERGĒNI

*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., mandeļi, 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

Apstiprinu... *E. Brūsiņa*
 Apstiprinu... *Elga Glodze*
 Ārstniecības personas
 SIA "Nutrikons"
 Reģistrācijas Nr. 4230018854

Nedēļas ēdienkarte (02.05.-06.05.2022)

10. -12. klašu izglītojamie

1.diena (02.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
16.1P	*A 07	Borščs ar krējumu 20%	250/10	2.238	5.693	12.428	112.323
		Karija rīsi ar sautētu vistas gaļu	260/60	21.038	21.468	82.414	607.12
S-02		Svaigu kāpostu salāti ar svaigu gurķi un eļļu	100	1.196	5.188	4.586	69.820
16.4P	*A 01	Rudzu maize	40	2.440	0.480	16.360	79.200
6.5		Karkade dzēriens	200	0.400	0.015	12.485	51.675
		Kopā		27.312	32.844	128.273	920
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				20-37	27-38	90-147	800-980

2.diena (03.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
16.1	*A 07; 03	Vistas gaļas zupa ar siera omleti	250/15	5.967	6.216	12.157	128.436
5.1	*A 01;07;03;	Cūkgaļas kotlete	70+/-5g	11.835	14.512	11.651	224.549
5.3		Vārīti griķi	200	12.000	3.143	59.143	312.859
20.4b	*A 01;07	Saldā krējuma mērce	30	0.604	4.388	2.085	50.252
20.3P	*A 07	Burkānu-redīsu salāti ar krējumu	70	0.875	1.287	3.212	27.923
17.6	*A 01	Rudzu maize	20	1.220	0.240	8.180	39.600
17.7		Rabarberu – ābolu kompots	200	0.260	0.190	12.360	52.190
		Kopā		32.761	29.976	108.788	836
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				20-37	27-38	90-147	800-980

(04.05.2022) Svētku diena

4.diena (05.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
19.1	*A 07	Veģetārā pupiņu zupa ar krējumu	250/10	8.309	7.209	24.504	196.133
18.2	*A 01	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	300	16.163	17.095	56.274	443.603
19.4		Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu	80	3.045	4.840	3.229	68.648
18.5a	*A 07	Kefīrs 2%	200	6.000	4.000	9.000	96.000
20.6P	*A 01	Rudzu maize	20	1.220	0.240	8.180	39.760
3.7b		Auglis (sezona)	60	0.360	0.000	5.460	23.280
		Kopā		35.097	33.384	106.647	867
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				20-37	27-38	90-147	800-980

5.diena (06.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
	*A 01;07	„Kurzemes” strogonovs	30/65	8.414	14.752	5.734	189.369
20.2		Vārīti kartupeļi	200	4.133	0.207	30.587	140.740
14.		Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	70	1.015	4.262	6.016	66.478
20.4P	*A 07	Biezpiena masa ar rozīnēm	65	7.905	7.925	9.688	141.699
20.5		Ābolu sulas mērce	100	0.060	0.003	15.166	60.934
20.6	*A 01	Rudzu maize	50	3.050	0.600	20.450	99.000
16.5P		Ābolu sulas dzēriens	200	0.133	0.000	28.107	112.960
		Kopā		24.710	27.749	115.748	811
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				20-37	27-38	90-147	800-980

NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ, NEPAREDZĒTU APSTĀKĻU VAI PRODUKTU PIEGĀDES AIZKĀVĒŠANĀS DĒĻ, ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA

Slipā 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., mandeļi, 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

Apstiprinu... *Elonisa*
 Apstiprinu... *cefel*
 šņvija pūtņiēģe
 medmāsa
 Identifikators
 64230018854

Nedēļas ēdienkarte (Bezglutēna)(02.05.-06.05.2022)

1. -4 klašu izglītojamie

1.diena

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Oglhidr.	
PUSDIENAS							
16.1P	*A 07	Borščs ar krējumu 20%	200/5	1.700	4.170	9.810	83.570
		Karija rīsi ar sautētu vistas gaļu	170/40	13.756	14.037	53.886	396.963
S-02		Svaigu kāpostu salāti ar svaigu gurķi un eļļu	100	1.196	5.188	4.586	69.820
		Bezglutēna maize vai bezglutēna galetes	20	0.480	0.340	8.200	39.580
6.5		Karkade dzēriens	150	0.300	0.011	9.364	38.756
		Kopā		17.432	23.746	85.846	629
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

2.diena

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Oglhidr.	
PUSDIENAS							
16.1	*A 07; 03	Vistas gaļas zupa ar siera omleti	150/11	3.926	4.178	7.421	82.528
5.1	*A 07; 03	Cūkgaļas kotlete ar bezglutēna miltiem	70+/-5g	11.835	14.512	11.651	224.549
5.3		Vārīti griķi	130	7.800	2.042	38.442	203.358
20.4b	*A 07	Saldā krējuma mērce ar bezglutēna miltiem	30	0.604	4.388	2.085	50.252
20.3P	*A 07	Burkānu-redīsu salāti ar krējumu	70	0.875	1.287	3.212	27.923
		Bezglutēna maize vai bezglutēna galetes	20	0.480	0.340	8.200	39.580
17.7		Rabarberu – ābolu kompots	200	0.260	0.190	12.360	52.190
		Kopā		25.780	26.937	83.371	680
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

3.diena

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Oglhidr.	
PUSDIENAS							
19.1	*A 07	Veģetārā pupiņu zupa ar krējumu	200/5	6.569	5.017	19.522	149.247
18.2		Bezglutēna makaroni ar gaļu un dārzeņiem	250	13.469	14.246	46.895	369.669
19.4		Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu	80	3.045	4.840	3.229	68.648
19.6		Ābolu – ķiršu dzēriens	180	0.072	0.000	18.486	74.232
		Bezglutēna maize vai bezglutēna galetes	20	0.480	0.340	8.200	39.580
		Kopā		23.635	24.443	96.332	701
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

5.diena

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olbv.	Tauki	Oglhidr.	
PUSDIENAS							
	*A 07	„Kurzemes” strogonovs ar bezglutēna miltiem	30/65	8.414	14.752	5.734	189.369
20.2		Vārīti kartupeļi	170	3.514	0.175	25.998	119.629
14.		Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	50	0.725	3.044	4.297	47.484
20.4P	*A 07	Biezpiena masa ar rozīnēm	65	7.905	7.925	9.688	141.699
20.5		Ābolu sulas mērce	100	0.060	0.003	15.166	60.934
		Bezglutēna maize vai bezglutēna galetes	40	0.960	0.680	16.400	79.160
		Kopā		21.578	26.579	77.283	638
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

**NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ, NEPAREDZĒTU APSTĀKĻU VAI PRODUKTU PIEGĀDES AIZKĀVĒŠANĀS DĒĻ, ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA
 PAPILDUS 2x nedēļā LAD PROGRAMMA „Piens un augļi skolai”**

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., mandeļi, 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

Apstiprinu *Edmora*Apstiprinu *Alfre: Gitee*

Sivija Putniece

mādmāsa

identifikators

64230018854

Nedēļas ēdienkarte (Piena nepanesība) (02.05.-06.05.2022)**1. -4 klašu izglītojamie****1.diena (02.05.2022)**

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olīv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
16.1P		Borščs bez krējuma	200	1.551	3.171	9.591	73.091
		Karija rīsi ar sautētu vistas gaļu	170/40	13.756	14.037	53.886	396.963
S-02		Svaigu kāpostu salāti ar svaigu gurķi un eļļu	100	1.196	5.188	4.586	69.820
16.4P	*A 01	Rudzu maize	20	1.220	0.240	8.180	39.760
6.5		Karkade dzēriens	150	0.300	0.011	9.364	38.756
		Kopā		18.023	22.647	85.607	618
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

2.diena (03.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olīv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
16.1	*A 03	Vistas gaļas zupa ar omleti bez siera	200	5.235	5.570	9.894	110.037
17.2	*A 01	Cūkgaļas kotlete	70+/-5g	11.835	14.512	11.651	224.549
5.3		Vārīti griķi	130	7.800	2.042	38.442	203.358
3.4PK	*A 01	Rīsu piena mērce	30	0.300	1.250	4.110	28.850
20.6PK		Balto redīsu-burkānu salāti ar eļļu	50	0.580	2.550	2.860	36.710
17.6	*A 01	Rudzu maize	20	1.220	0.240	8.180	39.600
17.7		Rabarberu – ābolu kompots	200	0.260	0.190	12.360	52.190
		Kopā		27.230	26.354	87.497	695
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

(04.05.2022) Svētku diena**4.diena (04.05.2022)**

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olīv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
19.1		Veģetārā pupiņu zupa	200	6.439	3.767	19.386	136.933
18.2	*A 01	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	250	13.469	14.246	46.895	369.669
19.4		Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu	80	3.045	4.840	3.229	68.648
19.6		Ābolu – ķiršu dzēriens	180	0.072	0.000	18.486	74.232
20.6P	*A 01	Rudzu maize	20	1.220	0.240	8.180	39.760
		Kopā		24.245	23.093	96.176	689
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

5.diena (05.05.2022)

TK Nr.	Alerģēni	Ēdiena nosaukums	1 porcija g/gab	Uzturvielas, g			Energ. vērt., Kcal
				Olīv.	Tauki	Ogļhidr.	
PUSDIENAS							
	*A 01	„Kurzemes” strogonovs ar rīsu pienu	30/65	8.414	14.752	5.734	189.369
20.2		Vārīti kartupeļi	170	3.514	0.175	25.998	119.629
14.		Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	50	0.725	3.044	4.297	47.484
19.4PK		Rīsu piena „Panna cotta”	80	2.250	0.770	22.300	105.100
20.5		Ābolu sulas mērce	100	0.060	0.003	15.166	60.934
20.6	*A 01	Rudzu maize	35	2.135	0.420	14.315	69.582
		Kopā		17.098	19.174	87.810	592
saskaņā ar MK 13.03.2012. not. Nr. 172				12-28	16-29	55-113	490-750

NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ, NEPAREDZĒTU APSTĀKĻU VAI PRODUKTU PIEGĀDES AIZKĀVĒŠANĀS DĒL, ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA**PAPILDUS 2x nedēļā LAD PROGRAMMA „Piens un augļi skolai”**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., mandeļi, 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