

PIRMDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Frikadēļu zupa /krējums	7	200/7	4,6	8,8	12,6	149							
P2 Makaroni Matrožu gaumē	1	200	13,0	11,3	41,4	331							
P3 Kāpostu- sv.gurķu salāti		70	0,6	4,1	2,5	55							
P4 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P5 Sulas dzēriens		200	0,4	0,0	11,3	46							
P6 Āboli (augļi)		80/	0,3	0,2	8,0	38							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,89 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,5 grami AUGĻI un OGAS 82 grami	DĀRZENI 122,7 grami KARTUPEĻI 60 grami PIENS, skābie produkti 7 grami	KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 60,4 grami						21,6	25,0	96,2	732	Skolas piens 0 grami	
OTRDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Cūkgaļas bumbiņas tomātu mērcē	1,3	60/40	9,6	10,6	12,4	190							
P2 Vārīti kartupeļi		150	3,2	0,3	30,6	131							
P3 Biešu -marinētu gurķu salāti ar eļļu		70	0,7	3,1	6,0	54							
P4 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P5 Biezpiena krēms	7	60	6,0	8,6	7,9	132							
P6 Ogu mērce		30	0,1	0,0	3,8	16							
P7 Piens	7	200	5,6	4,0	9,5	96							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,8 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 8,1 grami AUGĻI un OGAS 4,8 grami	DĀRZENI 108,7 grami KARTUPEĻI 170 grami PIENS, skābie produkti 224 grami	KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 30,6 grami GAĻA, ZIVIS 42 grami						28,0	27,2	90,6	732	Skolas piens 0 grami	
TREŠDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Solanka /krējums	7,9	250/5	4,8	5,3	13,5	124							
P2 Zivju kotletes	1,3,4	100	11,4	13,7	9,2	211							
P3 Krējuma – citronu mērce	1,7	30	0,4	3,2	1,3	35							
P4 Rīsi vārīti		120	3,4	1,6	33,8	162							
P5 Dārzenu salāti		70	0,7	1,1	2,2	27							
P6 Kefīrs	7	220	7,0	4,4	8,4	106							
P7 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P8 Ābols		80	0,3	0,2	8,0	38							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,93 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 0,15 grami AUGĻI un OGAS 80,9 grami	DĀRZENI 118,5 grami KARTUPEĻI 69,2 grami PIENS, skābie produkti 233,9 grami	KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 105,3 grami						30,7	30,2	96,8	815	Skolas piens 0 grami	
CETURTDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Zirņu (šķelto) zupa/krējums	7	250/5	9,2	5,2	29,2	198							
P2 Vistas šķiņķītis	3,10	90	17,2	14,5	0,7	205							
P3 Vārīti griķi		150	5,3	0,9	43,6	206							
P4 Burkāni salāti		70	0,7	2,8	4,7	47							
P5 Rudzu maize	1	45	2,5	0,6	18,4	101							
P6 Sulas dzēriens		200	0,3	0,0	7,5	31							
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,95 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 3,2 grami AUGĻI un OGAS 0 grami	DĀRZENI 134,3 grami KARTUPEĻI 37,5 grami PIENS, skābie produkti 5 grami	KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 100 grami						35,2	24,0	104,0	789	Skolas piens 0 grami	
PIEKTDIENA													
Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Alerg.	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Vistas gaļas zupa ar nūdelēm	1	250	5,1	5,8	20,4	155							
P2 Sautējums ar dārzeniem un cūkgaļu	1,7	250	10,3	19,0	29,6	352							
P3 Gurķis marinēts		40	0,4	0,0	0,8	6							
P4 Dzērveņu dzēriens		200	0,0	0,0	10,4	46							
P5 Rudzu maize	1	50	2,8	0,6	20,4	112							
P6 Āboli (augļi)		80	0,3	0,2	8,0	38							
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,25 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 0 grami AUGĻI un OGAS 80 grami	DĀRZENI 196,76 grami KARTUPEĻI 165 grami PIENS, skābie produkti 15 grami	KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 0 grami GAĻA, ZIVIS 53,2 grami						18,9	25,6	89,7	710	Skolas piens 0 grami	
PIEVIENOTAIS SĀLS 5,82 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 16,95 grami AUGĻI un OGAS 247,7 grami	DĀRZENI 680,96 grami KARTUPEĻI 501,7 grami PIENS, skābie produkti 484,9 grami	KOPĀ: BIEZPIENS, SIERS 30,6 grami GAĻA, ZIVIS 360,9 grami						Skolas piens 0 grami					