

Ēdienkarte
PUSDIENAS 1.-4. kl.

06.05. – 10.05. 2025. g.

OTRDIENA 06.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
(Alerģēni)								
Pusdienas								
	*Skābētu kāpostu salāti ar eļļu	1	50					
	*Gulašs cūkgaļas	1	50/50					
	(Kvieši)							
	*Vārīti rīsi (sviests)	1	120					
	*Rupjmaize	1	25					
	(Rudzi)							
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Cepumi	1	10					
	(Kvieši,olas)							
	*Bumbieri	1	120					
				€2,15	23,18	27,22	94,63	716,95
KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,88 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 7,5 grami								
(Slipā rakstā norādīti alergēni)								

TREŠDIENA 07.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Borščs ar krējumu	1	200/5					
	(Krējums skābs)							
	*Svaig. kāpostu salāti ar krējumu	1	50					
	(Krējums skābs)							
	*Vistas kotlete	1	50					
	(Kvieši, olas)							
	*Kartupeļu biezenis	1	150					
	(Piens, sviests)							
	*Rupjmaize	1	25					
	(Rudzi)							
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Āpelsīni		150					
				€2,15	21,22	26,09	83,74	659,56
KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,80 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami								

CETURTDIENA 08.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Svaiga saldā paprika	1	50					
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu	1	130/50					
	(Kvieši)							
	*Rupjmaize	1	25					
	(Rudzi)							
	*Šokolādes krēms	1	50					
	(Krējums skābs)							
	*Ābolu kompots	1	200					
				€2,15	22,95	28,95	75,87	656,44
KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,72 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami								
(Slipā rakstā norādīti alergēni)								

Ēdienkarte

PUSDIENAS 1.-4. kl.

06.05. – 10.05. 2025. g.

PIEKTDIENA 09.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
(Alerģēni)								
Pusdienas								
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	50					
	*Vistas gaļas sitenis	1	70					
	(Olas, kvieši)							
	*Kartupeļu biezenis	1	150					
	(Sviests, piens)							
	*Rupjmaize	1	25					
	(Rudzi)							
	*Kakao ar pienu un cukuru	1	200					
	(Piens)							
	*Sviestmaize ar ievārījumu	1	20/3/15					
	(Kvieši, sviests)							
				€2,15	27,47	28,89	82,76	700,86
KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,08 grami								
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)								
PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami								

SESTDIENA 10.05.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
(Alerģēni)								
Pusdienas								
	*Kartupeļu zupa ar sēnēm un krējumu	1	200/5					
	(Krējums skābs)							
	*Biešu salāti ar eļļu	1	50					
	*Kotlete "Jaunība" (cūkgaļas)	1	60					
	(Olas, siers, kvieši)							
	*Vārīti makaroni	1	120					
	(Kvieši, sviests)							
	*Rupjmaize	1	25					
	(Rudzi)							
	*Tējas dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Bumbieri		130					
				€2,15	26,07	26,15	91,40	708,96
KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,72 grami								
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)								
PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami								

“Skolas piens” 500 ml. nedēļā

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA: