

| Datums | Ēdienreize | Ēdiena nosaukums | Piezīmes | Daudzums | Olbv., g | Tauki, g | Ogļh., g | Kcal. |
|--------------------|------------------|--|-----------|-------------|-------------|--------------|-------------|-------------|
| Pirmdiena | Pusdienas | Dārzeņu zupa ar kausēto sieru | *A07 | 250 | 4.8 | 8.4 | 15.8 | 158 |
| | | Maltas cūkgaļas mērce | *A01,A07 | 100 | 13.5 | 20.6 | 9.5 | 277 |
| | | Makaroni, vārīti | *A01 | 180 | 6.3 | 3.3 | 42.5 | 225 |
| | | Svaigie veselības salāti ar āboliem un kāpostiem | | 80 | 1 | 3.3 | 6.6 | 60 |
| | | Rudzu maize | *A01 | 60 | 4.2 | 0.6 | 24.9 | 123 |
| | | Kopā: | | | | 29.8 | 36.2 | 99.3 |
| Otrdiena | Pusdienas | Veģetārā biešu zupa ar krējumu | *A07 | 250/5 | 2.1 | 7.3 | 18.2 | 147 |
| | | Cūkgaļas gulašs | *A01,A07 | 100 | 12.2 | 15.9 | 6.2 | 217 |
| | | Irdnie griķi | | 180 | 9.1 | 2.4 | 44.7 | 237 |
| | | Ķīnas kāpostu un dārza kukurūzas salāti | | 80 | 1.2 | 4.4 | 3.5 | 58 |
| | | Rudzu maize | *A01 | 60 | 4.2 | 0.6 | 24.9 | 123 |
| | | Piens | *A07 | 200 | 6.4 | 4 | 9 | 98 |
| Kopā: | | | | 35.2 | 34.6 | 106.5 | 879 | |
| Trešdiena | Pusdienas | Cūkgaļas kotlete | *A01,A03 | 70 | 10 | 14.9 | 11.1 | 219 |
| | | Piena mērce | *A01,A07 | 50 | 1.5 | 5.5 | 5.5 | 78 |
| | | Vārīti kartupeļi | | 250 | 5.2 | 0 | 38.3 | 174 |
| | | Biešu un svaigu kāpostu salāti | | 100 | 1.2 | 5 | 7.5 | 80 |
| | | Kefira-ogu smūtijs | *A07 | 200 | 4.8 | 4.1 | 18.3 | 129 |
| | | Rudzu maize | *A01 | 60 | 4.2 | 0.6 | 24.9 | 123 |
| | | Auglis | | 100 | 0.3 | 0.6 | 13.4 | 60 |
| Kopā: | | | | 26.9 | 30.1 | 105.6 | 802 | |
| Ceturtdiena | Pusdienas | Skābētu kāpostu zupa ar krējumu | *A01, A07 | 250/10 | 2.7 | 8.2 | 14.3 | 142 |
| | | Vistas gaļas giross | | 70 | 17.9 | 12.9 | 0.7 | 191 |
| | | Jogurta mērce ar zaļumiem | *A07 | 40 | 1.3 | 1.5 | 2.5 | 25 |
| | | Tvaicēti rīsi | | 200 | 6.2 | 0.8 | 60.3 | 274 |
| | | Rīvētu burkānu saslāti | | 80 | 1 | 3.2 | 5.5 | 55 |
| | | Rudzu maize | *A01 | 60 | 4.2 | 0.6 | 24.9 | 122 |
| Kopā: | | | | 33.3 | 27.2 | 108.2 | 808 | |
| Piektdiena | Pusdienas | Vistas buljona zupa ar rīsiem | | 250 | 5.3 | 10.9 | 27.1 | 228 |
| | | Sautēti sezonas dārzeni ar gaļu | | 280 | 15.1 | 19.4 | 29.6 | 353 |
| | | Marinēts gurķis | | 50 | 0.5 | 0.1 | 1.9 | 12 |
| | | Rudzu maize | *A01 | 40 | 2.8 | 0.4 | 16.6 | 81 |
| | | Piens | *A07 | 200 | 6.4 | 4 | 9 | 98 |
| | | Auglis | | 100 | 0.3 | 0.6 | 13.4 | 60 |
| Kopā: | | | | 30.4 | 35.4 | 97.6 | 832 | |

Dzeramais ūdens-visās ēdienreizēs

ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA SASKANĀ AR IZMAIŅAM PRODUKTU PIEGĀDĒ UN PIEEJAMĪBU TIRGŪ.

Ēdienkarte sastādīta ņemot vērā MK noteikumu Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem (no 13.03.2012)” grozījumiem (21.08.2018.)

| Izglītojamie | Enerģētiskā vērtība (kcal) | Olbaltumvielas (g) | Tauki (g) | Ogļhidrāti (g) |
|--------------|----------------------------|--------------------|-----------|----------------|
| 10.-12.klase | 800-980 | 20-37 | 27-38 | 90-147 |