

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Pusdienas	Vistas buljona un dārzeņu zupa		200	3.7	5.1	10.6	103
		Boloņas mērce (bez miltiem)		90	10.2	15.4	2.9	191
		Irdenie griķi		130	6.6	1.7	32.3	171
		Svaigu kāpostu un burkānu salāti		80	1.1	4.1	5.4	63
		Rīsu galete		30	2.6	0.6	24.9	115
		Skolas piens	*A07	200	6	3	9.6	90
<i>Kopā:</i>					30.2	29.9	85.7	733
Otrdiena	Pusdienas	Veģetārā zirņu zupa		200	6.7	7	22.3	179
		Sautētas cūkgaļas strēmelītes dārzeņu mērcē (bez miltiem)	*A07	100	13.3	20	1.8	240
		Tvaicēti rīsi		150	4.7	0.6	45.2	205
		Ķīnas kāpostu, redīsu un ķirbišu salāti	*A07	80	1	0.9	2.2	21
		Rīsu galete		30	2.6	0.6	24.9	115
<i>Kopā:</i>					28.3	29.1	96.4	761
Trešdiena	Pusdienas	Sezonas dārzeņu zupa		250	2.7	7.6	13.5	133
		Dabīgā cūkgaļas šnicele (bez panējuma)	*A03	80	13.8	22.6	1	263
		Kartupeļu biezenis	*A07	200	4.2	0.4	27.5	130
		Biešu un ābolu salāti		80	0.7	2.5	7.5	55
		Rīsu galete		30	2.6	0.6	24.9	115
		Sezonas auglis		100	0.3	0.6	13.4	60
<i>Kopā:</i>					24.3	34.3	87.8	757
Ceturtdiena	Pusdienas	Biešu zupa ar pupiņām ar krējumu	*A07	250	5.6	7.5	26.2	195
		Bezglutēna makaroni ar rīvētu puscieto sieru	*A07	160/40	14.6	15	41.6	360
		Sezonas dārzeņu salāti		80	0.9	3.3	4.4	51
		Rīsu galete		30	2.6	0.6	24.9	115
<i>Kopā:</i>					23.7	26.4	97.1	721
Piektdiena	Pusdienas	Cāļa šķiņķa kotlete (bez maizes)	*A03	70	8.7	13.1	3	165
		Dārzeņu mērce		40	0.7	2.4	5.2	45
		Tvaicēti rīsi		200	6.2	0.8	60.3	273
		Rīvētu burkānu salāti		100	1	4.2	5.5	64
		Biezais ogu ķīselis		100	0.4	0.1	13.8	58
		Skolas piens	*A07	200	6	3	9.6	96
<i>Kopā:</i>					23	23.6	97.4	701

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)
5.-9. klase	700-960	18-36	23-37	79-144