

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Oglh., g	Kcal.
Otrdiena	Pusdienas	Veģetārā zirņu zupa		200	6.7	7	21.8	170
		Cūkgaļas plov		180	14.6	17.7	41.1	382
		Ķīnas kāpostu, burkānu salāti		100	1	3.2	3.3	46
		BG galetes		10	0.9	0.2	8.3	39
		<i>Kopā:</i>			23.2	28.1	74.5	637
Otrdiena	Pusdienas	Sezonas dārzeņu zupa		200	2.2	6.1	10.1	104
		Vistas gaļa karija mērcē (bez miltiem, bez krējuma)		100	12.7	15.2	4.3	205
		Irdenie griķi		100	5	1.3	24.8	131
		Tomātu šķēlītes		60	0.6	0.1	1.6	10
		BG galetes		10	0.9	0.2	8.3	39
		Piens*	A07	200	6.4	4	9	98
		<i>Kopā:</i>			28	26.9	58.1	586
Trešdiena	Pusdienas	Mērcē sutinātas gaļas bumbiņas (bez maizes, bez olām)	A09	80/40	9.1	13.5	10.2	199
		Vārīti bezglutēna makaroni		130	2.9	2.6	34.5	173
		Biešu un svaigu kāpostu salāti		100	1.2	3.1	6.6	59
		Kefira-ogu smūtijs	A07	200	4.7	4.1	18.8	131
		BG galetes		10	0.9	0.2	8.3	39
		Auglis		100	0.3	0.6	13.4	60
		<i>Kopā:</i>			19.1	24.1	91.8	661
Ceturtdiena	Pusdienas	Veģetārā biešu zupa ar krējumu	A07	200/5	1.7	6.1	11.1	106
		Cepts vistas stilbiņš		80	15.7	14.5	0	193
		Dārzeņu mērce		30	0.3	2.7	4	42
		Vārīti kartupeļi		200	4.1	0	30.6	145
		Rīvētu burkānu salāti		100	1	4.2	4.6	60
		BG galetes		10	0.9	0.2	8.3	39
		<i>Kopā:</i>			23.7	27.7	58.6	585
Piektdiena	Pusdienas	Mājas soļanka ar krējumu	A07	200/5	5	7.9	12	139
		Malta cūkgaļa dārzeņu mērcē		80	9.3	10.4	10.4	172
		Irdenie griķi		100	5	1.3	24.8	131
		Svaigu kāpostu un burkānu salāti		100	1.4	2.7	4.8	49
		BG galetes		10	0.9	0.2	8.3	39
		<i>Kopā:</i>			21.6	22.5	60.3	530

Dzeramais ūdens-visās ēdienreizēs

*** Var tikt nodrošināti ar LAD programmas "Piens un augļi skolai" produktiem**

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)
1.-4.klase	490-750	12-28	16-29	55-113