

## Pirmdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Makaroni ar gaļu 27/170	27/170	11,6	20,4	36,5	382						
P2 Ķīnas kāpostu - paprikas salāti 50	50	1,5	1,4	1,3	24						
P3 Rudzu maize 30	30	1,8	0,4	12,3	60						
P4 Sīrupa dzēriens 200	200	0,0	0,0	15,2	60						
C1 Skolas piens 2,5% 250	250	0,0	0,0	0,0	0						
C2 Skolas auglis (ābols)	100	0,0	0,0	0,0	0						
Kopā: Pusdienas(P)	E100%	14,9	22,2	65,3	525	Kopā: Cits(C) <b>KOPĀ:</b>	E0%	0,0	0,0	0,0	0
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,74 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 1 grami AUGĻI un OGAS 100 grami	DĀRZENI 58,034 grami KARTUPEĻI 0 grami GAĻA un ZĪVIS 39,95 grami					PIENA PRODUKTI 250 grami BIEZPIENS,SIERS 0 grami	<b>14,9</b>	<b>22,2</b>	<b>65,3</b>	<b>525</b>	

## Otrdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Zirņu(šķelto) zupa 170/18/6	170	9,6	5,9	19,8	172						
P2 Plovs 20/10/170	20/10/1	8,8	21,2	31,1	353						
P3 Šķēlīte svaiga tomāta 50	50	0,6	0,1	1,9	11						
P4 Rudzu maize 20	20	1,2	0,2	8,2	40						
P5 Kompots - plūmju 200	200	0,4	0,0	22,6	91						
Kopā: Pusdienas(P)	E100%	20,6	27,5	83,5	667	<b>KOPĀ:</b>		<b>20,6</b>	<b>27,5</b>	<b>83,5</b>	<b>667</b>
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,11 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 19 grami AUGĻI un OGAS 43,36 grami	DĀRZENI 113,82 grami KARTUPEĻI 45,32 grami GAĻA un ZĪVIS 47 grami					PIENA PRODUKTI 0 grami BIEZPIENS,SIERS 0 grami					

## Trešdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Kotlete 50	50	6,1	14,2	3,8	168	C2 Skolas auglis (ābols)	100	0,0	0,0	0,0	0
P2 Vārīti kartupeļi 170	170	3,5	0,2	25,9	123						
P3 Krējuma mērce 50	50	0,7	3,4	2,9	45						
P4 Biešu salāti ar krējumu 50	50	0,9	0,8	4,7	30						
P5 Rudzu maize 30	30	1,8	0,4	12,3	60						
P6 Ābolu ķīselis dzeramais 200	200	0,1	0,2	16,4	67						
C1 Skolas piens 2,5% 250	250	0,0	0,0	0,0	0						
Kopā: Pusdienas(P)	E100%	13,2	19,1	65,9	494	Kopā: Cits(C) <b>KOPĀ:</b>	E0%	0,0	0,0	0,0	0
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,6 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 8 grami AUGĻI un OGAS 140 grami	DĀRZENI 56,83 grami KARTUPEĻI 175 grami GAĻA un ZĪVIS 35 grami					PIENA PRODUKTI 250 grami BIEZPIENS,SIERS 0 grami	<b>13,2</b>	<b>19,1</b>	<b>65,9</b>	<b>494</b>	

## Ceturtdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Vistas šķiņķīšu gaļas mērce 36	36/12/5	11,5	18,0	6,7	236						
P2 Vārīti griķi 130	130	6,5	1,6	35,9	181						
P3 Svaigu kāpostu-burkānu salāti 50	50	0,8	1,0	3,9	26						
P4 Rudzu maize 20	20	1,2	0,2	8,2	40						
P5 Kompots- rabarberu 200	200	0,1	0,0	16,0	65						
Kopā: Pusdienas(P)	E100%	20,2	20,9	70,7	547	<b>KOPĀ:</b>		<b>20,2</b>	<b>20,9</b>	<b>70,7</b>	<b>547</b>
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,78 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 17 grami AUGĻI un OGAS 21 grami	DĀRZENI 59,4 grami KARTUPEĻI 0 grami GAĻA un ZĪVIS 56 grami					PIENA PRODUKTI 0 grami BIEZPIENS,SIERS 0 grami					

## Piektdiena

Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor	Ēdiena nosaukums	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor
P1 Piena zupa ar makaroniem 200	200	7,1	7,1	23,2	187						
P2 Mājas sautēj.ar vistas gaļu 35/10/190	35/10/1	13,2	13,9	22,8	269						
P3 Šķēlīte marinēta gurķa 50	50	0,4	0,0	0,8	6						
P4 Rudzu maize 20	20	1,2	0,2	8,2	40						
P5 Augļu un ogu kompots 200	200	0,2	0,1	20,9	85						
C1 Skolas piens 2,5% 250	250	0,0	0,0	0,0	0						
C2 Skolas auglis (ābols)	100	0,0	0,0	0,0	0						
Kopā: Pusdienas(P)	E100%	22,1	21,3	75,9	588	Kopā: Cits(C) <b>KOPĀ:</b>	E0%	0,0	0,0	0,0	0
PIEVIENOTAIS SĀLS 1,01 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 19 grami AUGĻI un OGAS 134 grami	DĀRZENI 108,87 grami KARTUPEĻI 112,5 grami GAĻA un ZĪVIS 50 grami					PIENA PRODUKTI 417 grami BIEZPIENS,SIERS 0 grami	<b>22,1</b>	<b>21,3</b>	<b>75,9</b>	<b>588</b>	
PIEVIENOTAIS SĀLS 4,24 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 64 grami AUGĻI un OGAS 438,36 grami	DĀRZENI 396,954 grami KARTUPEĻI 332,82 grami GAĻA un ZĪVIS 227,95 grami					PIENA PRODUKTI 917 grami BIEZPIENS,SIERS 0 grami					

Sastādīja: SIA "Viedaga" tehnologs