

Ēdienkarte

25.05. – 29.05.2026.

1. – 4. klases

		Svars	Cena EUR	Kcal.	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	
Pirmdiena								
1.	Svaigi tomāti	1/60	0.36	12.84	0.66	0.12	2.28	
2.	Dārzeņu zupa ar krējumu	200/10	0.32	90.3	1.94	5.9	8.06	
3.	Malta dabīgas cūkgaļas kotlete	1/70	0.85	217.85	13.09	16.06	5.8	
4.	Vārīti makaroni	1/150	0.28	215.9	6.24	2.66	41.76	
5.	Maize	1/30	0,12	94.28	3.2	0.36	19.56	1
6.	Sulas dzēriens	1/180	0,27	58.57	0.22	-	14.43	
			2.20	689.74	25.35	25.10	91.89	
Otrdiena								
1.	Svaigu kāpostu salāti ar tomātiem	1/50	0.15	33.72	0.75	2.06	3.06	
2.	Pupiņu zupa ar krējumu	200/10	0,30	127.2	5.39	4.86	15.46	1
3.	Cūkgaļas stroganovs	40/50	0.86	210.9	11.9	15.02	5.14	1
4.	Vārīti griķi	1/120	0.35	180.88	4.90	3.80	8.32	1
5.	Kakao	1/180	0.24	74.54	3.05	2.91	9.01	7
6.	Maize	1/15	0.06	47.16	1.6	0.18	9.78	1
7.	Auglis (bumbieris)	90	0.24	38.07	0.36	0.1	8.55	
			2.20	712.47	27.95	28.93	59.32	
Trešdiena								
1.	Biešu salāti ar gurķi	1/60	0.18	46.41	0.78	2.56	5.08	
2.	Cepta vistas fileja omletē	1/70	1.06	216.3	18.01	12.92	7.05	1,7,3
3.	Vārīti kartupeļi	1/130	0.30	94.47	2.77	0.14	21.39	
4.	Saldētu ogu komposts	1/180	0,27	29.48	0,29	0.14	6.76	
5.	Smalkmaizīte	1/40	0.33	174.6	3.9	5.6	27.15	1,3,7
6.	Maize	1/15	0,06	47,16	1,6	0,18	9,78	1
			2.20	608.42	27.35	21.54	77.12	
Ceturtdiena								
1.	Svaigi gurķi	1/30	0.19	3.39	0.21	0.03	0.57	
2.	Borščs ar krējumu	200/10	0,32	96.09	1.78	5.61	9.63	7
3.	Plovs ar cūkgaļu	50/150	1.15	402.33	17.41	17.3	37.40	
4.	Kakao	1/180	0,24	74.54	3.05	2.91	9.01	7
5.	Maize	1/15	0.06	47.16	1.6	0.18	9.78	1
6.	Auglis (ābols)	100	0,24	48	0.4	0.8	9.8	
			2.20	671.51	24.05	26.93	76.19	
Piektdiena								
1.	Svaigi tomāti	1/50	0.30	10.70	0.55	0.1	2.40	
2.	Vārīti cīsiņi	1/60	0.76	199.4	6.06	18.96	1.14	
3.	Kartupeļu biezenis	1/150	0.36	117.81	3.26	2.60	20.37	7
4.	Biezpiena sierīnš	1/40	0.55	210	4.5	6	30.8	7
5.	Maize	1/40	0,12	94.28	3.2	0,36	19.56	1
6.	Tēja ar citronu	1/180	0,11	18.01	-	-	4.99	
			2.20	650.20	17.57	28.02	79.26	

Alerģēni:

A01 Graudaugi, kas satur lipekli (glutenu)

A04 Zivis un to produkti

A07 Piens un tā produkti

A03 Olas un to produkti

A05 Zemesrieksti un to produkti

A08 Rieksti un to produkti