

PUSDIENAS 1.- 4. kl.

23.02. – 27.02. 2026. g.

PIRMDIENA 23.02.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Svaigie tomāti	1	50					
	*Sautēta cūkgaļa (Kvieši, krējums skābs)	1	50/50					
	*Vārīti griķi (Sviests)	1	110					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Cepumi (kvieši, olas)	1	20					
	*Āboli		85					

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,84 grami
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

OTRDIENA 24.02.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Biešu zupa ar krējumu (<i>Krējums skābs</i>)	1	150/5					
	*Ķīnas kāpostu-gurķu salāti ar eļļu	1	50					
	*Mājas sautējums ar cūkgaļu	1	50/120					
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Rupjmaize (<i>Rudzi</i>)	1	25					
	*Apelsīni		100					

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,48 grami
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

TREŠDIENA 25.02.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Sv. kāpostu salāti ar eļļu	1	60					
	*Cūkgaļas kotlete ar biezpienu (Biezpiens,kvieši,piens)	1	60					
	*Vārīti makaroni (Kvieši, sviests)	1	120					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Kakao ar pienu un cukuru (Piens)	1	200					
	*Banāni ar zemeņu mērci	1	60/30					

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,96 grami
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami

Ēdienkarte

PUSDIENAS 1.-4. kl.

23.02. – 27.02. 2026. g.

CETURTDIENA 26.02.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Kartupeļu zupa ar cūkgaļas frikadelēm un krējumu (Krējums skābs, olas)	1	200/15/5					
	*Burkānu salāti ar krējumu (Krējums skābs)	1	50					
	*Vistas frikase (Krējums skābs)	1	60/20					
	*Vārīti rīsi (Sviests)	1	120					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Ābolu sulas dzēriens	1	200					
				€2,53	27,99	23,51	99,36	720,67
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,86 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

PIEKTDIENA 27.02.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alerģēni)	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Oglhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Svaigie gurķi	1	40					
	*Cūk gaļas kotlete (Kvieši, olas)	1	60					
	*Kartupeļi vārīti (Sviests)	1	160					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Biezpiena sieriņš "Mazulis" (Piena olbaltumvielas)	1	40					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
				€2,53	23,28	26,37	71,70	619,49
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,88 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

"Skolas piens" 500 ml. nedēļā
"Skolas augļi" 300 g. nedēļā

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2.