

**Ēdienkarte**

Skolas direktore/s

**PUSDIENAS 1.- 4. kl.**

27.04. – 30.04. 2026. g.

**PIRMDIENA 27.04.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Svaigie tomāti	1	50					
	*Sautēta cūkgaļa (Kvieši, krējums skābs)	1	50/50					
	*Vārīti griķi (Sviests)	1	110					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Ogu kompots	1	200					
	*Cepumi (kvieši, olas)	1	10					
	*Āboli		150					

**€2,53    25,94    24,38    97,66    718,94**

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

PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

**OTRDIENA 28.04.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Biešu zupa ar krējumu (Krējums skābs)	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 (Rudzi)	1	25					
	*Apelsīni		130					

**€2,53    26,62    25,02    84,38    673,13**

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

PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

**TREŠDIENA 29.04.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*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					

**€2,53    24,50    25,98    91,39    701,35**

KOPĀ:    PIEVIENOTAIS SĀLS 0,96 grami

PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami

**Ēdienkarte****PUSDIENAS 1.-4. kl.**

27.04 – 30.04. 2026. g.

**CETURTDIENA 30.04.**

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

*(Slipā rakstā norādīti alergēni)*

"Skolas piens" 500 ml. nedēļā

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS:

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

Lapa Nr. 2.