

07.05.2024										
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums				
	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Gat.sv	Olbal.	Tauki	Kalor
B1 4graudu biezputra ar sviestu	100/2	4.3	3.5	17.6	112	L1 Griķi ,vārīti	60	2.9	0.9	87
B2 Graudu maize ar tomātiem	10/2/20	1.4	2.6	5.1	50	L2 KĶinas kāpostu-gurķu salāti ar eļļu	50	0.5	2.0	26
B3 Tēja liepziedu	100	0.0	0.0	2.0	8	L3 Kliju maize ar sviestu	8/2	0.7	1.8	35
P1 Skābeņu zupa ar olu, krējumu	100/3/3	1.7	2.3	8.0	60	L4 "Skolas" piens	200	6.0	4.0	96
P2 Plovs ar cūkgaļu	150	9.1	7.2	32.6	255					
P3 Gurķi, marinēti	50	0.2	0.0	1.5	7					
P4 Sīrupa dzēriens	100	0.0	0.0	8.0	32					
Kopā: Brokastis(B)	E22%	5.6	6.2	24.7	171	KOPĀ:	26.8	24.3	105.5	770
Kopā: Pusdienas(P)	E46%	11.0	9.4	50.1	355					
Kopā: Launags(L)	E32%	10.1	8.7	30.7	244					
Pievienotais sāls 1.01 grami	Dārzeni 157 grami					Siers, biezpiens 0 grami				
Pievienotais cukurs 3 grami	Kartupeļi 40 grami					Piena produkti 277 grami				
Augļi un ogas 0 grami	Gala un zivs 40 grami									

08.05.2024										
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums				
	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Gat.sv	Olbal.	Tauki	Kalor
B1 Kviešu biezputra ar sviestu	100/2	3.4	2.8	16.7	106	P4 Rabarberu uzpūtenis	60	0.5	0.1	31
B2 Kliju maize ar sviestu	10/2	0.9	1.9	4.7	40	P5 "Skolas" piens	100	3.0	2.0	48
B3 Dārzeni plate	60	0.7	0.0	2.9	16	P6 Rudzu maize	10	0.7	0.1	4.3
B4 Tēja liepziedu (bez cukura)	100	0.0	0.0	0.0	0	L1 Biezpiena saldā masa ar marmelādi	90	10.4	4.6	127
P1 Vistas gaļas stroganovs	80	6.4	9.5	4.0	122	L2 Graudu maize ar sviestu	10/2	1.2	2.6	46
P2 Makaroni, vārīti	60	1.6	0.7	16.3	85	L3 Tēja augļu	100	0.0	0.0	1.5
P3 Sv.kāpostu -zaļumu salāti	50	1.0	4.1	3.4	51	L4 Auglis(bumbieris)	60	0.2	0.2	25
Kopā: Brokastis(B)	E22%	5.0	4.7	24.3	162	KOPĀ:	30.0	28.5	83.7	726
Kopā: Pusdienas(P)	E50%	13.2	16.5	39.4	360					
Kopā: Launags(L)	E28%	11.8	7.3	19.9	204					
Pievienotais sāls 0.67 grami	Dārzeni 122 grami					Siers, biezpiens 70 grami				
Pievienotais cukurs 9.5 grami	Kartupeļi 0 grami					Piena produkti 188 grami				
Augļi un ogas 76.5 grami	Gala un zivs 40 grami									

09.05.2024										
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums				
	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Gat.sv	Olbal.	Tauki	Kalor
B1 Piena auzu pārslu zupa	120	3.3	3.4	10.5	87	P6 Rudzu maize	10	0.7	0.1	22
B2 Kliju maize ar sviestu	15/4	1.3	3.6	7.1	68	L1 Smalkmaizīte	30	3.2	3.4	111
P1 Kāpostu-tomātu zupa ar krējumu	100/3	2.2	1.9	3.9	41	L2 "Skolas" piens	100	3.0	2.0	48
P2 Cūkgaļas šņicele	60	9.9	10.1	10.3	199	L3 Auglis(ābols)	60	0.2	0.5	29
P3 Kartupeļu biezenis	80	1.8	1.8	11.0	69					
P4 Burkānu salāti ar ķiploku, eļļu	50	0.6	2.0	5.1	43					
P5 Karkadē dzēriens	100	0.0	0.0	2.0	8					
Kopā: Brokastis(B)	E21%	4.6	7.1	17.6	155	KOPĀ:	26.2	28.9	83.0	726
Kopā: Pusdienas(P)	E53%	15.1	16.0	36.6	383					
Kopā: Launags(L)	E26%	6.5	5.9	28.9	188					
Pievienotais sāls 0.6 grami	Dārzeni 87.2 grami					Siers, biezpiens 0 grami				
Pievienotais cukurs 5.6 grami	Kartupeļi 80 grami					Piena produkti 194.77 grami				
Augļi un ogas 62.2 grami	Gala un zivs 50 grami									

10.05.2024										
Ēdiena nosaukums						Ēdiena nosaukums				
	Gat.sv	Olbal.	Tauki	Oglhi	Kalor		Gat.sv	Olbal.	Tauki	Kalor
B1 Omlete	80	7.3	8.3	1.4	113	P4 Redīsu-lociņu salāti ar krējumu	50	0.8	2.0	27
B2 Rudzu maize ar tomātiem	15/4/15	1.3	3.5	7.0	67	P5 Sīrupa dzēriens	150	0.0	0.0	12.2
B3 Tēja piparmētru	100	0.0	0.0	2.0	8	P6 Rudzu maize	10	0.7	0.1	4.3
B4 Auglis(ābols)	60	0.2	0.5	5.9	29	L1 Graudu maize ar sieru, gurķiem	10/2/15	4.6	6.6	99
P1 Dārzeni zupa	100	0.9	1.0	4.5	31	L2 Cepumi	20	1.4	2.5	84
P2 Kurzemes stroganovs	70	6.5	7.2	2.5	122	L3 Tēja liepziedu	100	0.0	0.0	2.0
P3 Griķi ,vārīti	60	2.9	0.9	16.5	87	L4 Grauzāmburkāni	50	0.7	0.0	3.7
Kopā: Brokastis(B)	E28%	8.8	12.2	16.2	216	KOPĀ:	27.3	32.7	81.7	766
Kopā: Pusdienas(P)	E44%	11.8	11.2	41.1	338					
Kopā: Launags(L)	E28%	6.6	9.2	24.4	212					
Pievienotais sāls 0.7 grami	Dārzeni 163.28 grami					Siers, biezpiens 15 grami				
Pievienotais cukurs 4 grami	Kartupeļi 17.33 grami					Piena produkti 42.5 grami				
Augļi un ogas 60 grami	Gala un zivs 40 grami									
Pievienotais sāls 2.98 grami	Dārzeni 529.48 grami					Siers, biezpiens 85 grami				
Pievienotais cukurs 22.1 grami	Kartupeļi 137.33 grami					Piena produkti 702.27 grami				
Augļi un ogas 198.7 grami	Gala un zivs 170 grami									