

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Alerģēni	Daudzums	Olīv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 31/08/2026	Pusdienas							0 0 0 0
<i>Kopā:</i>					0	0	0	0
Otrdiena 01/09/2026	Pusdienas	ZINĪBU DIENA						0 0 0 0 0
<i>Kopā:</i>					0	0	0	0
Trešdiena 02/09/2026	Pusdienas	Dārzeņu zupa ar lēcām Makaroni ar maltu cūkgaļu un dārzeņiem Svaigu kāpostu salāti ar zaļumiem un eļļu Rudzu maize	A09 A01 A01	250 280 100 40	7.9 20.1 1.4 2.8	9.2 19.3 2.2 0.4	24.4 63.4 6 16.6	212 508 49 81
<i>Kopā:</i>					32.2	31.10	110.4	850
Ceturtdiena 03/09/2026	Pusdienas	Dārzeņu zupa ar kausēto sieru Vistas gaļa karija mērcē Tvaicēti rīsi Rīvētu burkānu salāti Rudzu maize	A07 A01,A07 A01	250 120 200 100 40	4.8 15.6 6.22 1 2.8	8.5 18.24 0.78 4.2 0.4	14.2 4.56 60.33 4.6 16.6	153 245 273 60 81
<i>Kopā:</i>					30.42	32.12	100.29	812
Piektdiena 04/09/2026	Pusdienas	Veģetārā biešu zupa Skābais krējums Cūkgaļa saldiskābā mērcē Vārīts bulgurs Sezonas dārzeņu salāti ar gurķiem un tomātiem Rudzu maize Kefirs	A07 A01 A01 A07	250 5 100 200 100 40 150	2 0.1 12.4 8 1.2 2.8 4.5	6.3 1 20.4 0.9 2.2 0.4 3	13.8 0.1 5.4 50.7 4.2 16.6 6.75	120 10 255 243 41 81 72
<i>Kopā:</i>					31	34.2	97.55	822

Dzeramais ūdens-visās ēdienreizēs

ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA SASKANĀ AR IZMAIŅAM PRODUKTU PIEGĀDĒ UN PIEEJAMĪBU TIRGŪ.

Ēdienkarte sastādīta ņemot vērā MK noteikumu Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem (no 13.03.2012)” grozījumiem (21.08.2018.)

Izglītojamie	Enerģētiskā vērtība (kcal)	Olbaltumvielas (g)	Tauki (g)	Ogļhidrāti (g)
5.-9.klase	700-960	18-36	23-37	79-144

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Alerģēni	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 31/08/2026	Pusdienas							0 0 0 0
<i>Kopā:</i>					0	0	0	0
Otrdiena 01/09/2026	Pusdienas	ZINĪBU DIENA						0 0 0 0 0 0
<i>Kopā:</i>					0	0	0	0
Trešdiena 02/09/2026	Pusdienas	Dārzeņu zupa ar lēcām Makaroni ar maltu cūkgaļu un dārzeņiem Svaigu kāpostu salāti ar zaļumiem un eļļu Rudzu maize	A09 A01 A01	250 280 100 40	7.9 20.1 1.4 2.8	9.2 19.3 2.2 0.4	24.4 63.4 6 16.6	212 508 49 81
<i>Kopā:</i>					32.2	31.10	110.4	850
Ceturtdiena 03/09/2026	Pusdienas	Dārzeņu zupa ar kausēto sieru Vistas gaļa karija mērcē Tvaicēti rīsi Rīvētu burkānu salāti Rudzu maize	A07 A01,A07 A01	250 120 200 100 40	4.8 15.6 6.22 1 2.8	8.5 18.24 0.78 4.2 0.4	14.2 4.56 60.33 4.6 16.6	153 245 273 60 81
<i>Kopā:</i>					30.42	32.12	100.29	812
Piektdiena 04/09/2026	Pusdienas	Veģetārā biešu zupa Skābais krējums Cūkgaļa saldskābā mērcē Vārīts bulgurs Sezonas dārzeņu salāti ar gurķiem un tomātiem Rudzu maize Kefirs	A07 A01 A01 A07	250 5 100 200 100 40 150	2 0.1 12.4 8 1.2 2.8 4.5	6.3 1 20.4 0.9 2.2 0.4 3	13.8 0.1 5.4 50.7 4.2 16.6 6.75	120 10 255 243 41 81 72
<i>Kopā:</i>					31.00	34.20	97.55	822

Dzeramais ūdens-visās ēdienreizēs

ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA SASKANĀ AR IZMAIŅAM PRODUKTU PIEGĀDĒ UN PIEEJAMĪBU TIRGŪ.

Ēdienkarte sastādīta ņemot vērā MK noteikumu Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem (no 13.03.2012)” grozījumiem (21.08.2018.)

Izglītojamie	Enerģētiskā vērtība (kcal)	Olbaltumvielas (g)	Tauki (g)	Ogļhidrāti (g)
10.-12.klase	800-980	20-37	27-38	90-147