



Ēdienkarte

IRG
Kompleksās pusdienas 1.-4.klasei

No 10-nov.-25
Līdz 14-nov.-25

Mainoties pasūtījumam iespējamais izmaiņas

TK Nr.	Pirmdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
15	Škelto zirņu zupa ar zaļumiem		150 gr. (+/- 10%)	4.3	6.3	14.6	130
35	Vārīti griķi		100 gr. (+/- 10%)	4.3	0.8	33.8	160
149	Cūkgalas stroganovs	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	9.1	14.2	4.5	186
1278	Biešu, zaļumu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	3.1	6.6	59
1845	Rudzu maize, pilngraudu	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
1455	Ābolu sulas dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	10.8	46
Kopā:				20.9	24.7	83.6	645

TK Nr.	Otrdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
6	Biešu zupa ar galu un krējumu	*A01,A07	160 gr. (+/- 10%)	3.7	7.6	11.5	131
33	Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3.3	0.2	24.5	116
1250	Cūkgalas tefteli sarkanajā mērcē	*A01,A03,A07	80 gr. (+/- 10%)	10.2	14.8	15.2	237
1336	Kāpostu dillu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	3.2	3.2	46
1845	Rudzu maize, pilngraudu	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
1875	Karkadē dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.6	0.0	2.0	11
Kopā:				20.9	26.0	69.7	604

TK Nr.	Trešdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1947	Skābeni zupa ar olu un krējumu	*A01,A03,A07	210 gr. (+/- 10%)	3.2	6.1	11.9	116
1958	Makaroni ar galu un dārzeņiem	*A01	200 gr. (+/- 10%)	13.6	15.2	34.7	336
39	Vitamīnu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	4.2	2.8	55
1343	Salda skābā maize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.8	0.1	18.6	74
1264	Rabarberu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	3.2	14
Kopā:				19.7	25.7	71.1	595

TK Nr.	Ceturtdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
2475	Mājas sālvara ar krējumu	*A07	160 gr. (+/- 10%)	7.8	11.0	5.8	157
2445	Cūkgalas un dārzeņu sautējums ar krējumu	*A07	220 gr. (+/- 10%)	10.1	14.3	21.0	257
926	Balto redīsu- burkānu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0.7	2.1	6.1	45
1343	Salda skābā maize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.8	0.1	18.6	74
2125	Rāmkalnu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.2	14.3	61
Kopā:				20.4	27.7	65.8	593

TK Nr.	Piektdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1283	Vārīti rīsi		100 gr. (+/- 10%)	2.2	0.2	25.6	114
2469	Vistas gaļas plācenītis	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	8.0	11.8	7.0	167
924	Siltā tomātu mērce	*A01,A07	30 gr. (+/- 10%)	1.4	2.0	3.5	38
1393	Kīnas kāpostu-tomātu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.7	1.2	3.4	37
1343	Salda skābā maize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.8	0.1	18.6	74
1570	Ogu mērce ar putukrējumu	*A07	200 gr. (+/- 10%)	1.3	12.9	21.5	206
Kopā:				16.5	28.3	79.7	635

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	12 - 28	16 - 29	55 - 113	55 - 113
Karte	98.5	132.4	369.9	3072

Sastādīja

Apstiprinu



Ēdienkarte

IRG
Kompleksās pusdienas 5.-9.klasei

No 10-nov.-25
Līdz 14-nov.-25

Mainoties pasūtījumam iespējamās izmaiņas

TK Nr.	Pirmdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
15	Škelto zirņu zupa ar zaļumiem		200 gr. (+/- 10%)	5.7	8.4	19.5	174
35	Vārīti griķi		120 gr. (+/- 10%)	5.2	1.0	40.6	192
149	Cūkgaļas stroganovs	*A01,A07	120 gr. (+/- 10%)	9.7	16.5	5.9	215
1278	Biešu, zaļumu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	3.1	6.6	59
1845	Rudzu maize, pilngraudu	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
1455	Ābolu sulas dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	14.4	61
Kopā:				23.8	29.3	100.2	765

TK Nr.	Otrdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
6	Biešu zupa ar gaļu un krējumu	*A01,A07	210 gr. (+/- 10%)	4.7	9.3	15.3	166
33	Vārīti kartupeli		180 gr. (+/- 10%)	3.7	0.2	27.5	131
1250	Cūkgaļas tefteli sarkanajā mērcē	*A01,A03,A07	100 gr. (+/- 10%)	11.2	15.2	18.5	259
1336	Kāpostu dillu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	3.2	3.2	46
1845	Rudzu maize, pilngraudu	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.9	0.4	19.8	95
1875	Karkadē dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.8	0.0	3.0	16
Kopā:				24.5	28.4	87.5	713

TK Nr.	Trešdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1947	Skābenu zupa ar olu un krējumu	*A01,A03,A07	250 gr. (+/- 10%)	3.5	6.7	14.3	132
1958	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	*A01	250 gr. (+/- 10%)	15.3	17.4	45.5	407
39	Vitamīnu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	4.2	2.8	55
1343	Saldskābā maize	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.7	0.2	27.9	110
1264	Rabarberu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	4.3	19
Kopā:				22.7	28.5	94.8	723

TK Nr.	Ceturtdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
2475	Mājas sāļvira ar krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	8.2	12.0	8.0	177
2445	Cūkgaļas un dārzeņu sautējums ar krējumu	*A07	270 gr. (+/- 10%)	12.9	17.3	25.9	316
926	Balto redīsu- burkānu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0.7	2.1	6.1	45
1343	Saldskābā maize	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.7	0.2	27.9	110
2125	Rāmkalnu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.2	19.1	81
Kopā:				24.5	31.8	86.9	728

TK Nr.	Piektdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1283	Vārīti rīsi		130 gr. (+/- 10%)	2.9	0.3	33.3	148
2469	Vistas gaļas plācenītis	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	8.0	11.8	7.0	167
924	Siltā tomātu mērce	*A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	2.9	4.0	7.0	76
1393	Ķīnas kāpostu-tomātu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.7	1.2	3.4	37
1343	Saldskābā maize	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.7	0.2	27.9	110
1570	Ogu mērce ar putukrējumu	*A07	200 gr. (+/- 10%)	1.3	12.9	21.5	206
Kopā:				19.5	30.4	100.2	744

*Iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alerģēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	18 - 36	23 - 37	79 - 144	700 - 960
Kartē	115.1	148.4	469.6	3673

Sastādīja

Apstiprinu



Ēdienkarte

IRG

Kompleksās pusdienas 10.-12.klasei

No 10-nov.-25
Līdz 14-nov.-25

Mainoties pasūtījumam iespējamās izmaiņas

TK Nr.	Pirmdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
15	Škelto zirņu zupa ar zaļumiem		200 gr. (+/- 10%)	5.7	8.4	19.5	174
35	Vārīti griķi		120 gr. (+/- 10%)	5.2	1.0	40.6	192
149	Cūkgalas stroganovs	*A01,A07	140 gr. (+/- 10%)	10.2	18.8	7.4	244
1278	Biešu, zaļumu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	3.1	6.6	59
1845	Rudzu maize, pilngraudu	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.9	0.4	19.8	95
1455	Ābolu sulas dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	14.4	61
Kopā:				25.4	31.7	108.3	826

TK Nr.	Otrdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
6	Biešu zupa ar gaļu un krējumu	*A01,A07	210 gr. (+/- 10%)	4.7	9.3	15.3	166
33	Vārīti kartupeļi		250 gr. (+/- 10%)	5.2	0.3	38.2	181
1250	Cūkgalas tefteli sarkanajā mērcē	*A01,A03,A07	120 gr. (+/- 10%)	12.2	15.7	21.9	281
1336	Kāpostu dillu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	3.2	3.2	46
1845	Rudzu maize, pilngraudu	*A01	60 gr. (+/- 10%)	3.9	0.6	26.5	127
1875	Karkadē dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.8	0.0	3.0	16
Kopā:				28.0	29.0	108.1	817

TK Nr.	Trešdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1947	Skābenu zupa ar olu un krējumu	*A01,A03,A07	250 gr. (+/- 10%)	3.5	6.7	14.3	132
1958	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	*A01	300 gr. (+/- 10%)	17.0	19.5	56.4	477
39	Vitamīnu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	4.2	2.8	55
1343	Saldskābā maize	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.7	0.2	27.9	110
54	Kefīrs 2%	*A07	180 gr. (+/- 10%)	6.1	3.6	6.8	85
Kopā:				30.4	34.2	108.2	860

TK Nr.	Ceturtdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
2475	Mājas sāļvira ar krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	8.2	12.0	8.0	177
2445	Cūkgalas un dārzeņu sautējums ar krējumu	*A07	320 gr. (+/- 10%)	13.9	18.6	31.8	355
926	Baltu redīsu- burkānu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0.7	2.1	6.1	45
1343	Saldskābā maize	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.7	0.2	27.9	110
1729	Piens 2%	*A07	180 gr. (+/- 10%)	5.4	3.6	8.1	88
1409	Auglis (banāns)		100 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	20.0	88
Kopā:				32.1	36.7	101.9	863

TK Nr.	Piektdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1283	Vārīti rīsi		180 gr. (+/- 10%)	4.0	0.4	46.2	204
2469	Vistas gaļas plācenītis	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	8.0	11.8	7.0	167
924	Siltā tomātu mērce	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	4.8	6.6	11.6	127
1393	Kīnas kāpostu-tomātu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.7	1.2	3.4	37
1343	Saldskābā maize	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.7	0.2	27.9	110
1570	Ogu mērce ar putukrējumu	*A07	200 gr. (+/- 10%)	1.3	12.9	21.5	206
Kopā:				22.5	33.1	117.7	851

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	20 - 37	27 - 38	90 - 147	800 - 980
Kartē	138.4	164.8	544.2	4216

Sastādīja

Apstiprinu



Ēdienkarte

IRG

Kompleksās pusdienas 1.-4.kl.(laktozes diēta)

No 10-nov.-25
Līdz 14-nov.-25

Kompleksas pusdienas 1. LKR (pakotēzē)							
		Mācītoles	pasūtījumiem	Iespējamās		izmaiņas	
Pirmdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Škelto zirņu zupa ar zaļumiem			200 gr. (+/- 10%)	5.7	8.4	19.5	174
Vārīti griķi			100 gr. (+/- 10%)	4.3	0.8	33.8	160
Cūkgālas stroganovs (pārt. alerg.)			100 gr. (+/- 10%)	9.7	14.9	9.7	214
Biešu, zaļumu salāti ar ellu			80 gr. (+/- 10%)	1.2	3.1	6.6	59
Rudzu maize, pilngraudu		*A01	15 gr. (+/- 10%)	1.0	0.1	6.6	32
Ābolu sulas dzēriens			150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	10.8	46
Kopā:				21.9	27.3	87.0	685
Otrdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Biešu zupa ar gaļu		*A01	160 gr. (+/- 10%)	5.6	7.4	21.1	175
Vārīti kartupeli			160 gr. (+/- 10%)	3.3	0.2	24.5	116
Cūkgālas tefteli sarkanajā mērcē (pārt. alerg.)		*A03	80 gr. (+/- 10%)	9.3	14.6	17.2	240
Kāpostu dillu salāti ar ellu			80 gr. (+/- 10%)	1.1	3.2	3.2	46
Rudzu maize, pilngraudu		*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Karkadē dzēriens			150 gr. (+/- 10%)	0.6	0.0	2.0	11
Kopā:				21.9	25.7	81.3	651
Trešdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Skābenu zupa ar olu un bez krējuma		*A01,A03	210 gr. (+/- 10%)	3.6	3.0	15.9	106
Makaroni ar gaļu un dārzeņiem		*A01	200 gr. (+/- 10%)	13.6	15.2	34.7	336
Vitamīnu salāti ar ellu			80 gr. (+/- 10%)	1.1	4.2	2.8	55
Saldskābā maize		*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.8	0.1	18.6	74
Rabarberu dzēriens			150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	3.2	14
Kopā:				20.2	22.6	75.2	585
Ceturtdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Mājas sāļvira (pārt. alerg.)			160 gr. (+/- 10%)	8.6	11.4	5.6	163
Cūkgālas un dārzeņu sautējums			200 gr. (+/- 10%)	10.9	14.4	19.8	256
Balto redīšu- burkānu salāti ar ellu			80 gr. (+/- 10%)	0.7	2.1	6.1	45
Saldskābā maize		*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.8	0.1	18.6	74
Rāmkalnu dzēriens			150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.2	14.3	61
Kopā:				22.1	28.1	64.4	598
Piektdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vārīti rīsi			100 gr. (+/- 10%)	2.2	0.2	25.6	114
Vistas gaļas plācenītis		*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	8.0	11.8	7.0	167
Siltā tomātu mērce (pārt. alerg.)			50 gr. (+/- 10%)	0.1	2.9	5.3	47
Kīnas kāpostu-tomātu salāti ar ellu			80 gr. (+/- 10%)	1.7	1.2	3.4	37
Saldskābā maize		*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.8	0.1	18.6	74
Ogas želejā ar augu izcelsmes pienu			250 gr. (+/- 10%)	2.4	2.4	33.6	165
Kopā:				16.2	18.6	93.5	603

*Iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	102.4	122.4	401.4	3123

Sastādīja

Apstiprinu



Ēdienkarte

IRG

Kompleksās pusdienas 1.-4.kl. (celiakija+laktoze)

No 10-nov.-25

Līdz 14-nov.-25

Mainoties pasūtījumam iespējamās izmaiņas

TK Nr.	Pirmdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
15	Škelto zirņu zupa ar zaļumiem		150 gr. (+/- 10%)	4.3	6.3	14.6	130
35	Varīti griķi		100 gr. (+/- 10%)	4.3	0.8	33.8	160
1818	Cūkgālas stroganovs (pārt. alerģ.)		100 gr. (+/- 10%)	9.7	14.9	9.7	214
1278	Biešu, zaļumu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	3.1	6.6	59
1777	Rīsu galete		10 gr. (+/- 10%)	0.9	0.2	8.0	74
1455	Ābolu sulas dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	10.8	46
Kopā:				20.4	25.3	83.6	684

TK Nr.	Otrdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
2508	Biešu zupa ar gaļu (pārt. alerģ.)		150 gr. (+/- 10%)	2.6	6.7	8.9	108
33	Varīti kartupeli		160 gr. (+/- 10%)	3.3	0.2	24.5	116
2507	Cūkgālas tefteli sarkanajā mērcē (pārt. alerģ.)	*A03	80 gr. (+/- 10%)	9.3	14.6	17.2	240
1336	Kāpostu dilļu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	3.2	3.2	46
1777	Rīsu galete		10 gr. (+/- 10%)	0.9	0.2	8.0	74
1875	Karkadē dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.6	0.0	2.0	11
Kopā:				17.9	24.9	63.9	595

TK Nr.	Trešdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1775	Skābeņu zupa ar gaļu (pārt. alerģ.)		150 gr. (+/- 10%)	2.6	4.0	9.4	85
1592	Makaroni ar malto gaļu un dārzeņiem (celiakija)		200 gr. (+/- 10%)	11.6	13.4	34.0	306
39	Vitamīnu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	4.2	2.8	55
1777	Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1	148
1264	Rabarberu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	3.2	14
Kopā:				17.2	22.0	65.5	608

TK Nr.	Ceturtdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
2503	Mājas sālvira (pārt. alerģ.)		200 gr. (+/- 10%)	8.9	12.6	7.4	182
1610	Cūkgālas un dārzeņu sautējums		200 gr. (+/- 10%)	9.1	12.8	21.0	238
926	Balto redīsu- burkānu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0.7	2.1	6.1	45
1777	Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1	148
2125	Rāmkalnu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.2	14.3	61
Kopā:				20.5	28.0	64.8	674

TK Nr.	Piektdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1283	Varīti rīsi		100 gr. (+/- 10%)	2.2	0.2	25.6	114
2469	Vistas gaļas plācenītis	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	8.0	11.8	7.0	167
1810	Šiltā tomātu mērcē (pārt. alerģ.)		50 gr. (+/- 10%)	0.1	2.9	5.3	47
1393	Kīnas kāpostu-tomātu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.7	1.2	3.4	37
1777	Rīsu galete		10 gr. (+/- 10%)	0.9	0.2	8.0	74
2147	Ogas žeļejā ar augu izcelsmes pienu		250 gr. (+/- 10%)	2.4	2.4	33.6	165
Kopā:				15.3	18.7	83.0	604

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alerģēnus

MK172
Karte

Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
12 - 28	16 - 29	55 - 113	490 - 750
91.3	118.8	360.6	3165

Sastādīja

Apstiprinu

IRG
Launaga ēdienkarte

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	28	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Mannā biezputra ar zemeņu ievārījumu	*A01,A07	220 gr. (+/- 10%)	6.3	4.3	36.0	209
Kliju maize ar sieru un sviestu	*A01,A07	43 gr. (+/- 10%)	6.4	9.0	8.4	146
Melnā tēja ar cukuru		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11
Auglis (bumbieris)		100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55
Kopā :			13.7	13.7	58.9	421
Otrdiena	14	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Kukurūzas pārslas ar pienu	*A07	200 gr. (+/- 10%)	7.3	3.6	31.6	189
Kliju maize ar sviestu un gurķi	*A01,A07	43 gr. (+/- 10%)	2.0	3.2	8.8	76
Kliju maize ar sviestu un gurķi	*A01,A07	43 gr. (+/- 10%)	2.0	3.2	8.8	76
Kopā :			11.2	10.0	49.1	341
Trešdiena	14	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Kartupelu pankūkas	*A01,A03	120 gr. (+/- 10%)	5.2	4.6	22.1	154
Skābs krējums 20%	*A07	20 gr. (+/- 10%)	0.6	4.0	0.6	41
Tēja ar cukuru		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11
Auglis (ābols)		100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.3	54
Kopā :			6.6	9.3	36.1	259
Ceturtdiena	15	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Biezpiena sacepums ar krējumu	*A01,A03,A07,A12	220 gr. (+/- 10%)	25.4	11.3	49.2	406
Kumelišu tēja ar cukuru		200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	1.0	4
Auglis (banāns)		100 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	20.0	88
Kopā :			26.6	11.5	70.2	498
Piektdiena	16	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Smalkmaizīte	*A01	80 gr. (+/- 10%)	4.6	9.0	16.0	164
Kakao dzēriens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	2.9	1.7	7.9	60
Auglis (bumbieris)		100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55
Kopā :			8.0	11.1	36.3	278

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	66.1	55.7	250.6	1798

Sastādīja

Apstiprinu