

	Pirmdiena	Daudz g 1-4kl.	Daudz g 5-9kl.	Otrdiena	Daudz g 1-4kl.	Daudz g 5-9kl.	Trešdiena	Daudz g 1-4kl.	Daudz g 5-9kl.	Ceturtdiena	Daudz g 1-4kl.	Daudz g 5-9kl.	Piektdiena	Daudz g 1-4kl.	Daudz g 5-9kl.
Pusdienas				1. Pupiņu zupa, sk.krējums rudzu maīze (A-01,07) 2. Makaroni ar dārzeņiem un malto gaļu (A-01) 3. Tomāts 4. Tēja	200/10 15 150/10 /60 80 200	250/10 15 150/10 /60 80 200	1. Puķkāpostu zupa ar zaļajiem zirnīšiem, sk. krējums, rudzu maīze (A-01,07) 2. Varīti griķi 3. Vistas kotlete Albāņu gaumē 4. Svaigais gurķis 5. Tēja	200/10 /15 150 100 100 200	200/10 /15 150 100 100 200	1. Biešu zupa, sk. krējums, rudzu maīze (A-01,07) 2.Zivju kotlete (A-01,04) 3. Kartupeļu biezenis (A-07) 4. Dārzeņu salāti 5. Tēja	200/10 /15 80 150 100 200	250/10 /15 100 150 100 200	1. Sk. Kāpostu zupa, sk.krējums, rudzu maīze (A-01,07) 2. Vārīti rīsi 3. Malta gaļa krējuma mērcē (A-01,07) 4. Burkānu salāti 5. Tēja	200/10 / 15 150 100 100 200	250/10 / 15 150 100 100 200
Launags				1. Pankūkas ar krējumu (A-01,07) 2. Auglis (sk.pavadz.) 3.Tēja	80/15 100 200	80/15 100 200	1. Jogurts (A-07) 2. Pārslas (A-01,05) 3. Auglis (sk.pavadz.)	180 40 100	200 40 100	1. Bulciņa(A-01) 2. Piens (A-07) 3. Auglis (sk.pavadz.)	60 180 100	60 200 100	1. Biezpiens ar krējumu (A-07) 2. Auglis (sk.pavadz.) 3. Baltmaīze ar sviestu (A-01,07) 4. Tēja	85/15 100 15/5 200	85/15 100 15/5 200
				Kcal Olbv. (g.) Tauki (g.) Oglh. (g.)	650 19 25 106	751 20 29 117		615 24 19 102	726 26 24 110		649 20 21 87	743 23 25 96		627 22 22 90	730 24 26 101

Pēc normām kompleksām pusdienām	Olbv.	Tauki	Oglh.	Energija kcal
1-4 klase	12-28	16-29	55-113	490-750
5-9 klase	18-36	23-37	79-144	700-960

Saskaņā ar MK noteikumiem 172. MK 27.09.2022 noteikumi Nr.606/LV,189,29.09.2022./Stājas spēkā 04.08.2023.

Ēdienam pievienotā **sāls** daudzums nepārsniedz 0,4 g uz 100 g produkta un kopējais pievienotā sāls daudzums ēdienā nepārsniedz 2 g dienā.

Ēdienkarte var tikt mainīta, ja tas saistīts ar pārtikas piegādātājiem vai kādiem citiem apstākļiem. Izmaiņas skatīt pavadzīmē. Auglis atšifrēts pavadzīmē.

Bērnām ar speciālu uzturu visi produkti tiek aizvietoti uz bezglutēna, bezlaktozes vai citiem speciāliem produktiem

Slīpā rakstā norādīti **ALERĢĒNI**

- *A 01- Kvieši, rudzi, mieži, auzas
 *A 02- Vēžveidīgie un to produkti
 *A 03- Olas un to produkti
 *A 04- Zivis un to produkti
 *A 05- Zemesrieksti un to produkti
 *A 06- Sojas pupas un to produkti
 *A 07- Piens un tā produkti
 *A 08- Rieksti, t.i., mandeles, lazdu rieksti, valrieksti, Indijas rieksti, Brazīlijas rieksti, pistācijas rieksti un to produkti
- *A 09- Selerijas un to produkti
 *A 10- Sinepes un to produkti
 *A 11- Sezama sēklas un to produkti
 *A 12- Sēra dioksīds un sulfīti
 *A 13- Lupīna un tās produkti
 *A 14- Gliemji un to produkti