

	Pirmdiena	Svars	Cena EUR	Kcal.	Olbalt.	Tauki	Ogļh.	
1	Svaigi tomāti	1/60	0,38	12,84	0,66	0,12	2,28	
2	Vārīti makaroni ar gaļu	150/30	0,96	401,58	13,8	19,21	43,4	1
3	Biezpiena sierīņš	1/40	0,60	210	4,5	6	30,08	7
4	Tēja ar citronu	1/180	0,11	19,33	0,01	-	4,73	
5	Maize	1/20	0,08	47,14	1,6	0,18	9,78	1
6	Auglis (apelsīns)	1/110	0,047	41,58	0,09	0,22	8,91	
			<b>2,60</b>	<b>730,33</b>	<b>21,45</b>	<b>25,71</b>	<b>98,8</b>	
	<b>Otrdiena</b>							
1	Kīnas kāpostu salāti ar tomātiem	1/60	0,44	48,31	0,87	3,58	3,16	
2	Borščs ar krējumu	200/10	0,34	96,09	1,78	5,61	9,63	7
3	Vistas gaļas kotlete	1/70	0,95	240,89	11,24	16,61	12,26	
4	Kartupeļu biezenis	1/150	0,36	117,81	3,26	2,60	20,37	7
5	Sulas dzēriens	1/180	0,35	58,57	0,22	-	14,43	
6	Maize	1/40	0,16	94,28	3,2	0,36	19,56	1
			<b>2,60</b>	<b>655,94</b>	<b>20,57</b>	<b>28,76</b>	<b>79,38</b>	
	<b>Trešdiena</b>							
1	Redīsu un burkānu salāti	1/70	0,28	39,42	0,75	2,87	2,65	
2	Vārītas sardeles	1/60	0,96	199,4	6,06	18,96	1,14	
3	Vārīti makaroni	1/150	0,28	215,9	6,24	2,66	41,76	1
4	Aldētu ogu kompots	1/180	0,27	29,48	0,29	0,14	6,76	
5	Maize	1/20	0,08	47,14	1,6	0,18	9,78	1
6	Smalkmaize	1/40	0,29	145,28	3,70	3,74	29,19	1,3,7
7	Auglis(apelsīns)	1/100	0,44	37,80	0,08	0,2	8,10	
			<b>2,60</b>	<b>714,42</b>	<b>18,72</b>	<b>28,75</b>	<b>99,38</b>	
	<b>Ceturtdiena</b>							
1	Marinēti gurķi	1/35	0,34	3,68	0,28	0,04	0,56	
2	Skābētu kāpostu zupa ar krējumu	200/10	0,34	82,29	1,65	5,34	6,91	7
3	Kotletes ar biezpienu	1/60	0,80	241,60	10,21	19,5	6,83	
4	Kartupeļu biezenis	1/150	0,36	117,81	3,26	2,60	20,37	7
5	Augļu kompots	1/180	0,16	33,41	0,23	0,18	7,71	
6	Maize	40	0,16	94,28	3,2	0,36	19,56	1
	Auglis(mandarīns)	1/100	0,44	38,3	0,8	-	8,1	
			<b>2,60</b>	<b>611,37</b>	<b>19,63</b>	<b>28,02</b>	<b>70,07</b>	
	<b>Piektdiena</b>							
1	Svaigi gurķi	1/35	0,31	3,68	0,28	0,03	0,56	
2	Ceptas vistas gaļas romšteks ar sieru	1/65	1,37	211,09	18,12	12,9	6,6	7
3	Vārīti rīsi	1/150	0,27	204,1	3,8	3,84	38,59	7
4	Maize	1/20	0,08	47,14	1,6	0,18	9,78	1
5	Sulas dzēriens	1/180	0,35	58,57	0,22	-	14,43	
6	Cepumi	1/30	0,22	130,4	2,37	4,14	20,91	1,3,7
			<b>2,60</b>	<b>654,98</b>	<b>26,39</b>	<b>21,10</b>	<b>90,87</b>	

Skolas piens  
Skolas auglis500ml  
300g

98 Kcal

Apstiprinu:

D.Mazaļevska

Saskaņots:

skolas medmāsa

Tehnologs:

S.Krasovska

Alerģēni:

A01 Graudaugi, kas satur lipekli(glutenu)

A04 Zivis un to produkti

A07 piens un tā produkti

A03 olas un to produkti

A05 zemesrieksti un to produkti

A08 Rieksti un to produkti