

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Pusdienas	Skābeņu zupa ar olu un krējumu	*A01;03;09	150	2.4	4.7	10.8	95
		Plovs ar cūkgaļu		120	14.3	13.3	22.9	269
		Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu		70	3.3	2.4	6.6	61
		Rudzu maize	*A01	20	1.1	0.3	8.7	42
		Piens	*A07	200	5.6	5	9.4	105
<i>Kopā:</i>					26.7	25.7	58.4	572
Otrdiena	Pusdienas	Vistas gaļas zupa ar nūdelēm	*A01	150	4.6	4	15.8	118
		Malta cūkgaļa saldā krējuma mērcē	*A01;07	70	8.9	15.6	7.5	206
		Kartupeļu biezenis	*A07	130	2.8	2.3	17.8	103
		Biešu un marinētu gurķu salāti		70	1	2.2	6	48
		Rudzu maize	*A01	20	1.1	0.3	8.7	42
		Ābolu sulas dzēriens		150	0.2	0	10.4	42
		Auglis (ābols)		80	0.3	0.6	7.8	38
		<i>Kopā:</i>					18.9	25
Trešdiena	Pusdienas	Biešu zupa ar krējumu	*A07	150	2.8	6.5	13.5	124
		Cīsiņi (skolas)	*A07	60	6.9	10.1	1.9	126
		Makaroni, vārīti	*A01	100	3.8	2.7	24.3	137
		Krējuma - tomātu mērce	*A07;01	50	0.7	4.5	2.4	53
		Svaigu gurķu - tomātu salāti ar eļļu		70	0.7	2.1	1.7	29
		Rudzu maize	*A01	20	1.1	0.3	8.7	42
		Ābolu - ķiršu dzēriens		150	0.3	0.1	8.8	37
		<i>Kopā:</i>					16.3	26.3
Ceturtdiena	Pusdienas	Siera - dārzeņu zupa	*A07	150	5	4.7	11.2	107
		Gaļas veltnītis ar ķīmenēm	*A01;03	60	10	15.4	6.6	205
		Vārīti kartupeļi		130	2.6	0	19.2	91
		Vitamīnu salāti		70	0.9	2.2	4.5	41
		Rudzu maize	*A01	20	1.1	0.3	8.7	42
		Upēņu dzēriens		150	0.4	0.1	9.3	40
<i>Kopā:</i>					20	22.7	59.5	526
Piektdiena	Pusdienas	Sautēta vista ar dārzeņiem mērcē	*A07;01	70	7.7	12	7.5	169
		Rīsi, vārīti		80	2.7	0.4	27.2	123
		Burkānu - seleriju salāti	*A09	70	1.1	2.8	5.5	52
		Dzērveņu uzpūtenis ar pienu	*A01;07	50/200	6.9	5.1	27.1	182
		Rudzu maize	*A01	20	1.1	0.3	8.7	42
		Auglis (ābols)		100	0.4	0.8	9.8	48
<i>Kopā:</i>					19.9	21.4	85.8	615

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)
1.-4.klase	490-750	12-28	16-29	55-113