

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	*A01	180	13.8	16	34.3	336
		Ķīnas kāpostu - tomātu salāti ar eļļu		100	3.7	3.4	4.2	62
		Rudzu maize	*A01	20	1.1	0.3	8.7	42
		Ābolu -dzērveņu dzēriens		200	0.4	0.1	19.9	82
		Auglis		100	0.4	0.8	9.8	48
		<i>Kopā:</i>					<b>19.4</b>	<b>20.6</b>
<b>Otrdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Vistas gaļas kotlete	*A01;A03	70	11.5	11.9	2.4	163
		Vārīti rīsi		130	4.3	0.6	44.2	208
		Balto redīsu un gurķu salāti ar eļļu		100	0.9	3.1	5.9	55
		Rudzu maize	*A01	20	1.1	0.3	8.7	42
		Rabarberu dzēriens		150	0	0	7.6	30
		Auglis		100	0.4	0.8	9.8	48
<i>Kopā:</i>					<b>18.2</b>	<b>16.7</b>	<b>78.6</b>	<b>546</b>
<b>Trešdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Viltotais zaķis	*A01;A03	60	10.6	10.9	10.9	184
		Vārīti kartupeļi		250	5	0	37	168
		Svaigu kāpostu salāti ar zaļumiem un eļļu		100	1.9	5.1	6.7	80
		Rudzu maize	*A01	20	1.1	0.3	8.7	42
		Ābolu-dzērveņu dzēriens		200	0.2	0	13.1	53
<i>Kopā:</i>					<b>18.8</b>	<b>16.3</b>	<b>76.4</b>	<b>528</b>
<b>Ceturtdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Cepti vistas gaļas gabaliņi		50	10.6	13.5	0	164
		Vārīti griķi		160	8.1	2.1	39.7	210
		Burkānu -ziedkāpostu salāti ar eļļu		100	1.4	5	7.2	79
		Rudzu maize	*A01	20	1.1	0.3	8.7	42
		Dzērveņu dzēriens		150	0.3	0.1	8.8	37
		<i>Kopā:</i>					<b>21.5</b>	<b>21</b>
<b>Piektdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Boloņas mērce		80	11.6	12.1	5.9	179
		Vārīti makaroni	*A01	130	5.4	2.8	36.2	199
		Jauktu dārzeņu salāti		100	1.2	5.1	3.7	66
		Citronu dzēriens		150	0.1	0	9.2	37
		Rudzu maize	*A01	20	1.1	0.3	8.7	42
		Auglis (ābols)		100	0.4	0.8	9.8	48
<i>Kopā:</i>					<b>19.8</b>	<b>21.1</b>	<b>73.5</b>	<b>571</b>

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