

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Pusdienas	Malta cūkgaļa dārzeņu mērcē		90	12.2	17.8	2.1	217
		Vārīti rīsi		160	5.3	0.8	54.4	257
		Svaigu kāpostu-burkānu salāti		100	1.5	2.5	7.3	58
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Piens	*A07	200	5.6	5	9.5	105
		<i>Kopā:</i>					26.4	26.5
Otrdiena	Pusdienas	Vista dārzeņu mērcē		100	12.6	17.9	2.3	221
		Makaroni BG vārīti		160	3.3	3.5	44.2	222
		Burkānu salāti ar eļļu		100	1	5	5.5	71
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Ābolu - ķiršu dzēriens		200	4	0.1	11.8	64
		Auglis		100	0.2	0.4	9.8	44
<i>Kopā:</i>					22.9	27.3	90.8	701
Trešdiena	Pusdienas	Cūkgaļas kotlete BG	*A03	60	10.6	16	1.6	193
		Griķi, vārīti		180	9.3	2.7	46.6	248
		Biešu salāti ar eļļu		100	1.5	4.1	8.8	78
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Piens	*A07	200	5.6	5	9.5	105
<i>Kopā:</i>					28.8	28.2	83.7	704
Ceturtdiena	Pusdienas	Cepti cūkgaļas gabaliņi		70	14.7	26.6	0	298
		Vārīti kartupeļi		250	5	0	37	168
		Ķīnas kāpostu, burkānu un ābolu salāti		100	2.8	2.9	6.7	64
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Auglis		100	0.4	0.8	9.8	48
		Ābolu sulas dzēriens		200	0.4	0	24.2	98
<i>Kopā:</i>					25.1	30.7	94.9	756
Piektdiena	Pusdienas	Vistas gaļas plov		300	20.4	24	63.9	553
		Svaigs tomāts		100	1	0.2	3.8	21
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Rāmkalnu sīrupu dzēriens		200	0.1	0	18.8	76
<i>Kopā:</i>					23.3	24.6	103.7	729

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)
5.-9.klase	700-960	18-36	23-37	79-144