

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem BG		250	14.6	19.1	50.6	433
		Svaigu kāpostu-gurķu-tomātu salāti		100	1.5	4.1	5.5	65
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Dzērveņu dzēriens		150	0.3	0.1	8.8	38
		Piens	<i>*A07</i>	200	5.6	5	9.4	105
		<i>Kopā:</i>					<b>23.8</b>	<b>28.7</b>
<b>Otrdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Tefteli krējuma - tomātu mērcē (ar kartupeļu cieti)	<i>*A03</i>	70/50	12.9	19.6	24.2	325
		Kartupeļu biezenis	<i>*A07</i>	250	5.5	4.5	34.2	199
		Biešu un ābolu salāti		100	1.2	5.8	9.1	93
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Skolas auglis		100	0.4	0.8	9.8	48
		Ābolu sulas dzēriens		200	0.3	0	13.9	57
<i>Kopā:</i>					<b>22.1</b>	<b>31.1</b>	<b>108.4</b>	<b>802</b>
<b>Trešdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Sautēta cūkgaļa dārzeņu mērcē	<i>*A07</i>	100	13.4	18.5	2.5	230
		Griķi, vārīti		160	8.2	2.4	41.4	220
		Vitamīnu salāti		100	1.3	3.1	6.5	59
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Karkadē dzēriens		200	0	0	16	64
		Skolas auglis		100	0.4	0.8	9.8	48
<i>Kopā:</i>					<b>25.1</b>	<b>25.2</b>	<b>93.4</b>	<b>701</b>
<b>Ceturtdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Sautējums "Mājas gaumē"		300	16.9	20.4	39	407
		Ķīnas kāpostu, burkānu un ābolu salāti		100	2.8	2.9	6.7	64
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Skolas auglis		100	0.4	0.8	9.8	48
		Skolas piens	<i>*A07</i>	200	5.6	5	9.4	105
		<i>Kopā:</i>					<b>27.5</b>	<b>29.5</b>
<b>Piektdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Sautēti vistu šķiķi		100	24.9	15.3	0.9	241
		Rīsi, vārīti		150	5	0.7	51	230
		Skābs krējums	<i>*A07</i>	30	0.8	6	0.8	60
		Burkānu salāti ar eļļu		100	1.2	4.1	10.6	84
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Skolas piens	<i>*A07</i>	200	5.6	5	9.4	105
<i>Kopā:</i>					<b>39.3</b>	<b>31.5</b>	<b>89.9</b>	<b>800</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)
5.-9.klase	700-960	18-36	23-37	79-144