

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena	Pusdienas	Plovs ar cūkgaļu		240	14.9	18.4	57.3	454
		Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu		100	4.7	3.4	9.4	87
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Ābolu-dzērveņu dzēriens		200	0.3	0.1	13.1	54
		Skolas piens	<i>*A07</i>	200	5.6	5	9.4	105
		<i>Kopā:</i>				27.3	27.3	106.4
Otrdiena	Pusdienas	Malta gaļa dārzeņu mērcē BG	<i>*A07</i>	120	14.9	23.3	4.8	289
		Kartupeļu biezenis	<i>*A07</i>	280	6.1	5	39.3	227
		Biešu un marinētu gurķu salāti		100	1.4	3.1	8.5	68
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Ābolu sulas dzēriens		200	0.2	0	13.8	56
		Skolas auglis		100	0.4	0.8	9.8	48
<i>Kopā:</i>				24.8	32.6	93.4	766	
Trešdiena	Pusdienas	Cīsiņi (skolas)	<i>*A07</i>	90	10.3	15.1	2.8	188
		Makaroni, vārīti BG		230	5.1	5.6	60.3	312
		Svaigu gurķu - tomātu salāti ar eļļu		100	1	3.1	2.5	42
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Ābolu - ķiršu dzēriens		200	0.4	0.2	11.8	51
		Skolas piens		200	5.6	5	9.4	105
<i>Kopā:</i>				24.2	29.4	104	777	
Ceturtdiena	Pusdienas	Cūkgaļas kotlete BG	<i>*A03</i>	70	12.4	18.7	1.9	226
		Vārīti griķi		200	10.3	3	51.8	286
		Vitamīnu salāti		100	1.3	3.1	6.5	59
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Skolas auglis		100	0.4	0.8	9.8	48
		Upeņu dzēriens		200	0.5	0.2	12.4	53
<i>Kopā:</i>				26.7	26.2	99.6	751	
Piektdiena	Pusdienas	Vista dārzeņu mērcē BG	<i>*A07</i>	100	11.5	18.9	4	232
		Rīsi, vārīti		130	4.3	0.6	44.2	199
		Burkānu - seleriju salāti	<i>*A09</i>	100	1.5	3.5	6.8	65
		Sarkano jāņogu dzēriens		200	0.1	0	11.1	45
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Skolas piens		200	5.6	5	9.4	105
Skolas auglis		100	0.4	0.8	9.8	48		
<i>Kopā:</i>				25.2	29.2	102.5	774	

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