

Pamatdiēta

Produktu nepiegādes vai nekvalitatīvas produkcijas piegādes gadījumā, ēdienkartē ēdiens var tikt aizvietots ar citu.

	5.10.2026.	6.10.2026.	7.10.2026.	8.10.2026.	9.10.2026.	10.10.2026.	11.10.2026.
Brokastis	Kukurūzas putra ar ievārījumu 250/40g (7) Siers 40 g (7) Maize (kliju) (1) Tēja, Cukurs 5g	Rīsu putra ar ievārījumu 250/40 (1;7) Vārīta ola (3) Maize (kliju) (1) Sviests (7) Tēja, Cukurs 5g	Auzu pārslu putra ar ievārījumu 250/30 g (1;7) Siers (7) Maize (kliju) (1) Sviests (7) Tēja, Cukurs 5g	Kukurūzas putra ar ievārījumu 250/40 (7) Siers (7) Maize (kliju) (1) Sviests (7) Tēja, Cukurs 5g	Mannā biezputra ar ievārījumu 300/30gr (1;7) Vārīta ola 1gab (3) Maize - rudzu (1) Sviests (7) Tēja, Cukurs 5g	Biezpiens ar krējumu 140g (7) Sv.gurķis 40g Maize - rudzu,kliju 2(1) Sviests 10g (7) Tēja, Cukurs 5g	Trīsgraudu putra ar ievārījumu 250/40 g (1;7) Siers 40g (7) Maize (rudzu) (1) Tēja, Cukurs 5g
Pusdienas	V/g zupa ar rīsiem un dārzeņiem 300 Makaroni ar vistu aknu mērci 200/140 (1;7) Ķirbis 95g	Pupiņu zupa 300 (1;3) Kartupeļi, Kurzemes stroganovu 200/135 (1;7) Redīsu-burkānu salāti 100g (7)	Skābeņu zupa (1;3;7) Vārīti kartupeļi ar gulaša mērci 200/140 g (7;1) Ķīnas kāp. salāti ar tom.un gurķi 100g (7) Maize (kliju) (1)	Kartupeļi ar mērci un kotlete ar dārz. 200/55/80 (7;1) Aisberga salāti ar tom. 100g Rupjmaizes ķīselis ar pienu 140/100 (1;7) Maize(kliju) (1)	Dārzeņu zupa ar malto gaļu 300 g (7) Vārīti kartupeļi ar gulaša mērci 200/140 g (7;1) Biešu salāti 120 g Maize (kliju) (1)	Veģetārais borščs 300 g (1;7) Vār.kartupeļi ar maltās gaļas mērci 200/140g (7;1) Ķīnas kāpostu salāti ar gurķi 100g (7) Maize (kliju) (1)	Dārzeņu zupa ar kausēto sieru 300g (7) Risotto ar cūkgaļu 300/60 (1) Maize (kliju) (1)
Uzkodā	Saldmaize (1;3;7)	Maize (kliju) 1(1) Tēja, Cukurs 5g Banāns	Ābols Cepumi 35g (1;3;7) Tēja, Cukurs 5g	Maize (kliju) 2(1) Kausētais siers 30g (7) Ābols	Jogurts 125g (7) Maize 2gb (kliju) (1)	Tēja, Cukurs 5g Spināta pīrāgs (1;3;7)	Jogurts 125g (7) Cepumi 35g (1;3;7)
Vakariņas	Dārzeņu rasols 300 gr (3;7) Maize (rudzu, kliju) (1) Cīsiņš (1;6;7;9;10) Tēja, Cukurs 5g	Sautēti dārzeņi ar gaļu saldā krējuma mērcē 210/40/50 (1;7) Maize (rudzu) (1)	Makaroni ar malto gaļu 260/40g (1) Sv.gurķis 40g	Rūjienas salāti 330g (3;7;10) Maize (rudzu) (1) Sviests (7) Tēja, Cukurs 5g	Bukstiņputra 300g (1;7) Gaļas mērce 60g (7) Tēja, Cukurs 5g	Auzu pārslu putra ar ievārījumu 300/30 g (1;7) Kausētais siers 30g (7) Maize (kliju) (1)	Makaroni ar dārzeņiem un c/g 350g Sv.gurķis 40g Tēja, Cukurs 5g
KOPĀ:	Kcal. 2274,0 Ogh. 289,9g Olbv. 76,2g Tauki 89,0g	Kcal. 1987,8 Ogh.256,4g Olbv. 70,9g Tauki 70,5g	Kcal. 1942,0 Ogh.241,5g Olbv. 73,8g Tauki 72,8g	Kcal. 2013,5 Ogh.268,3g Olbv. 63,3g Tauki 75,8g	Kcal. 2168,7 Ogh.280,1g Olbv. 82,4g Tauki 76,4g	Kcal. 1758,0 Ogh.220,5g Olbv. 75,1g Tauki 60,4 g	Kcal. 2146,2 Ogh.282,7g Olbv. 75,5g Tauki 74,2g

ALERĢĒNI: 1. Labība kas satur lipekli; 2 .Vēžveidīgie un to produkti; 3. Olas un to produkti; 4. Zivis un to prod.; 5.Zemesrieksti un to prod.; 6. Sojas pupas un to prod.; 7.Piens un tā prod.; 8. Rieksti; 9. Selerijas un to prod.; 10. Sinepes un to prod.; 11. Sezama sēklas un to prod.; 12. Sēra dioksīds un sulfīti; 13. Lupīna un tās produkti; 14. Gliemji un to produkti

Saskaņots: Uztura speciāliste Agnija Irkle