

## I.nedēļa

Nr.	Ēdiena nosaukums	Porcija	Alerģēni
<b>PIRMDIENA</b>			
<b>BROKASTIS</b>			
1	Piecu graudu biezputra ar sviestu	100/5	Mieži,kvieši,
2	Piens.Bumbieris	100	rudzi,piens,
<b>PUSDIENAS</b>			
1	Zaļo zirnīšu veģetārā zupa	125	Kvieši,mieži,
2	Makaroni ar gaļu	50/50	rudzi,piens,
3	Svaigs tomāts. Rudzu maize	50/20	krējums
<b>LAUNAGS</b>			
1	Sviestmaize ar olu sviestu	20/40	Kvieši,rudzi
2	Svaigu gurķu salāti. Tēja ar cukuru	50/20/100	olas,krējums
<b>29,81 / 33,09 / 93,45 / 788,93</b>			
<b>OTRDIENA</b>			
<b>BROKASTIS</b>			
1	Prosas biezputra ar ievārījumu	100/10	Mieži,rudzi
2	Kafija. Banāns	70/30/100	piens
<b>PUSDIENAS</b>			
1	Skābu kāpostu gaļas zupa	125/12/5	Kvieši,rudzi
2	Sakņu sautējums ar gaļu.Rudzu maize	50/30/20	krējums
<b>LAUNAGS</b>			
1	Karsētas siera maizes	40/5/30	Kvieši
2	Tēja ar medu	100	medus
<b>30,04 / 28,02 /101,13 / 772,32</b>			
<b>TREŠDIENA</b>			
<b>BROKASTIS</b>			
1	Piena putraimu zupa	125	Mieži,kvieši,
2	Kviešu maize ar kausēto sieru. Burkāns	20/15/100	piens
<b>PUSDIENAS</b>			
1	Kurzemes strogonovs	30/50	Kvieši
2	Griķi	60	rudzi
3	Biezpiena krems ar ķīseli	60/50	krējums
<b>LAUNAGS</b>			
1	Kartupeļu - burkānu biezenis	100/5	Piens
2	Tomātu salāti ar krējumu. Kefīrs	55/15/100	
<b>33,12 / 36,86 / 90,96 / 792,48</b>			
<b>CETURTDIENA</b>			
<b>BROKASTIS</b>			
1	Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu	100/5	Mieži,rudzi
2	Piens. Kivi	100/100	kvieši,piens
<b>PUSDIENAS</b>			
1	Svaigu kāpostu veģetārā zupa	125/5	Rudzi
2	Cepta zivs.Kartupeļu biezenis	50/75	kvieši
3	Biešu salāti ar eļļu. Kefīrs	70/100	krējums
<b>LAUNAGS</b>			
1	Piena rīsu zupa	125	Kvieši
2	Sviestmaize ar gurķi (kviešu)	25/20	piens



1	Zivju frikadeļu zupa	125/35	Olas,piens
2	Gulašs.Griķi	30/30/60	kvieši
4	Svaigs gurķisKefīrs	50/100	mieži
<b>LAUNAGS</b>			
1	Olā apcepta baltmaize	40/20	Kvieši
2	Tēja ar medu	100	piens,olas
<b>34,24 / 29,62 / 100,42 / 769,9</b>			
<b>CETURTDIENA</b>			
<b>BROKASTIS</b>			
1	Prosas biezputra ar sviestu	100/5	Piens
2	Piens. Mandarīni	100/100	citrusi
<b>PUSDIENAS</b>			
1	Vistas fileja	50	Kvieši
2	Makaroni.Piena mērce	60/20	olas
4	Svaigu kāpostu salāti	70	krējums
5	Rīsu krēms ar ķīseli	50/50	
<b>LAUNAGS</b>			
1	Piena sakņu zupa	125	Kvieši
2	Sviestmaize ar tomātu (kviešu)	25/30	piens
<b>34,17 / 26,23 / 109,31 / 817,11</b>			
<b>PIEKTDIENA</b>			
<b>BROKASTIS</b>			
1	Sviestmaize ar desu (sēklu)	25/30	Kvieši
2	Burkānu salāti ar ķīplokū. Kakao	70	rudzi,krējums
<b>PUSDIENAS</b>			
1	Borščs. Rudzu maize	125/12/5/20	Kvieši,rudzi
2	Biezpiena plācenīši ar krējumu	75/10	mieži,krējums
<b>LAUNAGS</b>			
1	Sakņu sautējums veģetārais	100	Piens
2	Kefīrs	100	
<b>32,6 / 38,7 / 66,21 / 742,4</b>			
<b>Olb. /Tauki/ Oglh. / Kalor.</b>			
<b>Norma</b>	<b>18-30 / 24-36 / 81-120 / 720-800</b>		
	<b>Skolas piens</b>	400	
	<b>Skolas auglis</b>	300	

### III.nedēļa

Nr.	Ēdiena nosaukums	Porcija	Alerģēni
<b>PIRMDIENA</b>			
<b>BROKASTIS</b>			
1	Kukurūzas biezputra ar sviestu	100/5	Piens
2	Tēja ar medu. Apelsīns	100/100	medus
<b>PUSDIENAS</b>			
1	Siera dārzeņu zupa. Rudzu maize	125/20/20	Kvieši
2	Liellopu gaļa dārzeņu mērcē	30/50	rudzi
3	Kartupeļi.Svaigs gurķis	100/50	krējums
<b>LAUNAGS</b>			

1	Ābolu maizītes.Piens	80/100	Kvieši,olas,piens
	<b>31,47 / 23,99 / 93,96 / 719,6</b>		
	<b>OTRDIENA</b>		
	<b>BROKASTIS</b>		
1	Četru graudu biezputra ar sviestu	100/5	Kvieši,piens
2	Kafija ar pienu. Kivī	70/30/100	mieži
	<b>PUSDIENAS</b>		
1	Biešu veģetārā zupa	125/5	Kvieši
2	Maltas gaļas burkānu mērce.Griķi	30/50	mieži,rudzi
4	Svaigs tomāts. Kefīrs	50/100	krējums
	<b>LAUNAGS</b>		
1	Kukurūzas pārslas ar jogurtu	15/100	Rieksti,mieži,piens
	<b>29,36 / 26,93 / 99,18 / 736,23</b>		
	<b>TREŠDIENA</b>		
	<b>BROKASTIS</b>		
1	Omlete. Burkānu salāti	50/70	Kvieši,rudzi
3	Graudu maize ar sviestu.Tēja ar cukuru	25/100	olas,piens
	<b>PUSDIENAS</b>		
1	Frikadeļu zupa	125/30	Kvieši
2	Kartupeļu putraimu biezputra ar sviestu	100/5	rudzi
3	Kefīrs	100	olas,piens
	<b>LAUNAGS</b>		
1	Biešu salāti ar ķiploku	70	Kvieši
2	Rudzu sviestmaize ar sieru. Sula	25/15/100	rudzi,piens
	<b>32,09 / 49,6 / 78,27 / 850,91</b>		
	<b>CETURTDIENA</b>		
	<b>BROKASTIS</b>		
1	Auzu pārslu biezputra ar ievārījumu	100/5	Piens
2	Piens. Bumbieris	100/100	
	<b>PUSDIENAS</b>		
1	Zivju zupa	125/30/5	Kvieši
2	Vistas gaļas plov	75/30	rudzi
3	Svaigu kāpostu salāti. Rudzu maize	70/20	piens
	<b>LAUNAGS</b>		
1	Biezpiena makaronu sacepums ar krējumu	90/10	Kvieši
2	Tēja ar cukuru	100	mieži,piens
	<b>37,58 / 23,87 / 108,67 / 823,34</b>		
	<b>PIEKTDIENA</b>		
	<b>BROKASTIS</b>		
1	Piena rīsu zupa	125	Kvieši
2	Sviestmaize ar sieru. Burkāns	25/15/100	piens
	<b>PUSDIENAS</b>		
1	Cīsiņi	50	Kvieši
2	Mērce. Makaroni	20/60	olas
3	Ķīnas kāpostu salāti	70	krējums
4	Biezais ogu ķīselis ar putukrējumu	50/10	
	<b>LAUNAGS</b>		
1	Sakņu salāti	75	Kvieši,krējums
2	Saldskābmaize.Tēja ar medu	20/100	olas,medus

	20,82 / 44,08 / 88,66 / 825,01	
	Olb. /Tauki / Oglh. / Kalor.	
<b>Norma</b>	<b>18-30 / 24-36 / 81-120 / 720-800</b>	
	Skolas piens	400
	Skolas auglis	300

### *IV.nedēļa*

Nr.	Ēdiena nosaukums	Porcija	Alerģēni
	<b>PIRMDIENA</b>		
	<b>BROKASTIS</b>		
1	Auzu pārslu biezputra ar sviestu	100/5	Piens
2	Piens.Bumbieris	100/100	
	<b>PUSDIENAS</b>		
1	Sakņu gaļas zupa. Rudzu maize	125/12/20	Kvieši
2	Plovs. Svaigs gurķis	100/50/50	rudzi
	<b>LAUNAGS</b>		
1	Kukurūzas pārslas ar pienu	20/150	Piens,rieksti
	<b>31,95/ 30,59/ 93,44/ 783,31</b>		
	<b>OTRDIENA</b>		
	<b>BROKASTIS</b>		
1	Piena makaronu zupa	125	Kvieši
2	Sviestmaize ar sieru ( kviešu)	25/15	piens
	<b>PUSDIENAS</b>		
1	Zivs kotlete.Kartupeļu biezenis	50/75	Kvieši,mieži
3	Balto redīsu salāti	70	olas
4	Sulas uzpūtenis ar pienu	75/100	piens
	<b>LAUNAGS</b>		
1	Kukurūzas biezputra ar ievārījumu	100/10	Piens
2	Tēja ar medu	100	medus
	<b>25,89/ 29,73/ 104,26/ 788,41</b>		
	<b>TREŠDIENA</b>		
	<b>BROKASTIS</b>		
1	Prosas biezputra ar ievārījumu	100/10	Piens
2	Piens. Burkāns	100/100	
	<b>PUSDIENAS</b>		
1	Vidzemes kāposti. Kartupeļi	100/30/100	Kvieši,rudzi
2	Biezpiena sacepums ar ķīseli	75/50	piens,olas
	<b>LAUNAGS</b>		
1	Piena grūbu zupa	125	Kvieši,rudzi
2	Saldskabmaize ar sviestu,tomātu	25/30	mieži,piens
	<b>37,49/ 32,14/ 90,94/ 802,70</b>		
	<b>CETURTDIENA</b>		
	<b>BROKASTIS</b>		
1	Mannā biezputra ar sviestu	100/5	Mieži
2	Kafija ar pienu. Hurma	70/30/100	rudzi,piens

	<b>PUSDIENAS</b>		
1	Īpašā kotlete	50	Kvieši
2	Griķi. Piena mērce	60/20	piens
4	Marinētas bietes. Kefīrs	60/100	
	<b>LAUNAGS</b>		
1	Kviešu maize ar ievārījumu	30/20	Kvieši
2	Tēja ar cukuru	100	piens
	<b>26,34/ 25,16/ 117,47/ 768,63</b>		
	<b>PIEKTDIENA</b>		
	<b>BROKASTIS</b>		
1	Graudu sviestmaize ar "viltoto zaķi"	25/30	Kvieši,rudzi
2	Burkānu salāti. Kakao	50/20/100	piens,olas
	<b>PUSDIENAS</b>		
1	Soļanka	125/12/15/5	Kvieši
2	Makaroni ar sieru. Svaigs gurķis	60/15/50	rudzi
4	Kefīrs. Kivī	100/100	piens
	<b>LAUNAGS</b>		
1	Rīsu biezputra ar ķīseli	100/100	Piens
	<b>32,22 / 36,72 / 93,95 / 836,04</b>		
	<b>Olb. /Tauki / Oglh. / Kalor.</b>		
<b>Norma</b>	<b>18-30 / 24-36 / 81-120 / 720-800</b>		
	<b>Skolas piens</b>	400	
	<b>Skolas auglis</b>	300	