

Pirmdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcal	
boršcs ar gaļu	200	2,95	5,60	4,87	128,63	250,00	4,63	8,10	5,99	173,82	A01,09
makaroni ar gaļu	200	10,24	11,85	44,12	307,71	250,00	13,39	14,30	57,69	412,25	A01,09
burkānu salāti ar eļļu	50	0,43	2,29	2,77	34,01	100,00	0,85	4,58	5,53	68,02	A09
Ābolu-upeņu dzēriens	200	0,19	0,00	14,86	65,10	200,00	0,19	0,00	10,87	49,20	
maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	30,00	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
ābols	100	0,30	0,00	11,40	54,00	100,00	0,30	0,00	11,40	54,00	
Kopā:	15,97	20,04	91,76	654,45		Kopā	21,22	27,28	105,22	822,29	

2. Otrdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	
griķi, c/g gulašs	130/50/50	17,17	12,36	38,59	302,08	200/75/75	24,09	18,58	59,13	459,38	A07,09
biešu salāti ar eļļu	50	0,50	2,29	3,04	36,13	100,00	1,00	4,58	6,08	72,25	A09
Ābolu-upeņu dzēriens	200	0,19	0,00	14,86	65,10	200,00	0,19	0,00	10,87	49,20	
maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	30,00	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
ābols	100	0,30	0,00	11,40	54,00	100,00	0,30	0,00	11,40	54,00	
piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	250,00	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Kopā:	28,02	21,20	93,63	659,81		Kopā	35,44	29,71	113,22	837,33	

Trešdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	
c/g plovš	150	7,20	11,67	26,33	282,87	250,00	12,00	19,45	36,88	471,45	A09
biezpiena maize ar rozīnēm	50	8,29	2,37	28,49	92,48	50,00	8,29	2,37	28,49	92,48	A01,03,07
sv.kāpostu salāti	50	0,71	1,91	15,75	29,67	100,00	1,42	3,82	31,50	59,34	A09
Upeņu dzēriens	200	0,35	0,00	16,00	66,92	200,00	0,35	0,00	16,00	66,92	
maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	30,00	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	250,00	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Kopā:	26,41	22,50	112,31	674,44		Kopā	31,92	32,19	138,61	892,69	

Ceturtdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	
kartupeļu b.,c/g kotlete	130/60	10,67	20,19	28,38	369,44	200/60	11,68	24,89	37,15	433,75	A01,03,07,09
sv.kāpostu-ābolu salāti	50	0,53	2,26	13,74	35,47	100,00	1,06	4,58	27,47	70,93	A09
Upeņu dzēriens	200	0,35	0,00	16,00	66,92	200,00	0,35	0,00	16,00	66,92	
maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	30,00	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
ābols	100	0,30	0,00	11,40	54,00	100,00	0,30	0,00	11,40	54,00	
piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	250,00	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Kopā:	21,71	29,00	95,26	728,33		Kopā	23,25	36,02	117,76	828,10	

Piektdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	
Vistas zupa ar nūdelēm	200	6,47	5,53	15,81	129,20	250,00	8,12	6,88	19,76	161,50	A01,09
makaroni, boloņas mērce	150/50/50	17,84	19,70	55,33	396,32	200/75/75	22,19	22,92	78,53	482,36	A01,07,09
Vitamīnu salāti	50	0,80	2,50	5,34	59,97	100,00	1,60	5,00	10,68	129,20	A09
Ābolu-upeņu dzēriens	200	0,19	0,00	14,86	65,10	200,00	0,19	0,00	10,87	49,20	
maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	30,00	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Kopā:	27,16	28,03	105,08	715,59		Kopā	33,96	35,10	133,58	887,26	