

Pirmdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
		<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhidr.</i>	<i>kcla</i>		<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhidr.</i>	<i>kcal</i>	
Vistas zupa ar makaroniem	150	3,4	3,2	9,0	119,0	200	5,5	5,2	13,5	158,7	A01,09
Plovs ar cūkgaļu	150	7,60	11,67	35,10	263,23	150	7,60	11,67	35,10	263,23	
Kāpostu-burkānu salāti	50	0,71	2,55	15,75	32,67	150	2,13	7,65	47,25	98,01	A09
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	250	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Vīnogu dzēriens	150	0,3	0,0	12,0	50,2	200	0,35	0,0	16,0	69,9	
Kopā:		21,83	23,92	97,63	667,59	Kopā	26,06	31,17	142,17	814,00	

2. Otrdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	
Vārīti kartupeļi	150	1,4	3,51	22,63	129	200	1,96	6,32	26,92	180	
Vistas gabaliņi pikantajā mērce	50/50	7,41	7,49	8,05	126,93	50/50	7,41	7,49	8,05	126,93	A01,07
Burkānu salāti	50	0,49	4,47	2,77	53,84	150	1,47	11,40	9,31	161,52	A07
Ābolu dzēriens	150	0,2	0,0	11,3	44,2	200	0,4	0,0	16,0	66,9	
Ogu uzpūtenis/piens	50/100	3,18	1,69	19,32	101,23	50/100	3,18	1,69	19,32	101,23	A01,07
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Piens	150	4,80	3,75	7,20	103,12	150	4,80	3,75	7,20	103,12	A07
Kopā:		19,33	21,21	85,00	623,34	Kopā	21,65	31,05	105,12	826,39	

Trešdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	
Pupiņu zupa,krējums	150/15	2,93	4,94	22,3	102,36	150/15	2,93	4,94	22,3	102,36	A07
Vārīti griķi	150	5,14	2,31	33,43	178,86	200	7,20	2,82	42,32	250,40	
Maltās gaļas mērce	50/50	9,63	9,96	7,38	207,32	50/50	9,63	9,96	7,38	207,32	A01,07,09
Balto redīsu-burkānu salā	50	0,43	2,29	2,77	34,01	150	1,29	6,87	8,31	102,03	A07
Plūmju dzēriens	150	0,2	0,0	11,3	44,2	200	0,4	0,0	15,0	66,9	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Kopā:		20,18	19,80	90,91	631,77	Kopā	23,88	24,99	113,63	815,70	

Ceturtdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	
Kartupeļu biezputra	150	2,05	5,1	17,55	131,25	150	2,05	5,1	17,55	131,25	A07
Cūkgaļas cīsiņi	70	8,4	9,6	1,5	139,63	70	8,4	9,6	1,5	139,63	A09
Ogu ķīselis/putukrējums	70/30	1,3	5,3	15,6	121,0	70/30	1,3	5,3	15,6	121,0	A01
Marinēts gurķis	50	0,80	2,50	5,34	59,97	100	1,60	5,00	12,32	129,20	A09
Vīnogu dzēriens	150	0,3	0,0	12,0	50,2	200	0,35	0,0	16,0	69,9	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	250	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Kopā:		22,67	22,50	77,70	704,54	Kopā	24,18	31,65	93,26	815,18	

Piektdiena	1.-4. klasēm					5.-12.klases					Alerģēni
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	
Zupa"Rasoņņiks"	150	1,76	2,89	14,28	116,32	200	4,23	5,64	18,76	152,36	A07,09
Makaroni ar gaļu	150	10,24	11,32	34,12	307,71	200	15,39	15,09	48,53	405,32	A01,07,09
Vitamīnu salāti	50	0,71	2,55	10,18	44,92	150	2,13	7,65	14,37	134,76	A09
Ābolu dzēriens	150	0,2	0,0	11,3	44,2	200	0,4	0,0	16,0	66,9	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	40	2,48	0,40	18,32	86,67	A01
Kopā:		14,76	17,06	83,61	578,17	Kopā	24,58	28,78	115,98	846,03	

