

Ventspils 6.vidusskolas medmāsa Inta Pujate

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 02.03.-06.03.2026

<i>Pirmdienā</i>	1.-4. klasēm					
	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcla	Alergēni
Skābeņu zupa ar krējumu	150	5,97	4,98	13,57	128,63	A07
Vārīti griķi	150	5,14	1,31	35,43	188,86	
Boloņas mērce	50/50	11,26	11,62	3,36	152,32	A01,07
Burkānu salāti	50	0,43	2,29	2,77	34,01	
Upeņu dzēriens	150	0,80	0,00	7,80	40,10	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Kopā:		25,46	20,50	76,67	608,92	
<i>Otrdienā</i>	1.-4. klasēm					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Sakņu sautējums ar gaļu	200	11,1	9,12	14,2	245,6	
Svaigu burkānu-kāpostu salāti	50	0,71	1,91	15,75	29,67	
Biezpiena krems ar ķīseli	30/70	5,05	11,03	20,12	119,63	A07
Upeņu dzēriens	150	0,80	0,00	7,80	40,10	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Kopā:		27,55	28,61	83,57	637,53	
<i>Trešdienā</i>	1.-4. klasēm					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Piena zupa ar makaroniem	150	5,18	4,02	19,00	132,22	A01,07
Vārīti rīsi	150	3,43	0,60	36,52	188,57	
Vistas gabaliņi saldskābā mērcē	50/50	11,13	11,32	4,87	176,32	A01,07
Svaigu kāpostu-zaļumu salāti	50	0,55	2,29	13,71	32,60	
Upeņu dzēriens	150	1,08	0,00	7,80	40,10	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Kopā:		23,23	18,53	95,64	634,81	
<i>Ceturtdienā</i>	1.-4. klasēm					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Kartupeļu biezputra	150	2,05	5,10	17,88	131,25	A 07
Cūkgaļas bumbiņas	70	11,36	7,36	25,12	178,32	A01,03,07
Balto redīsu-burkānu salāti	50	0,49	3,20	5,32	53,84	
Šokolādes ķīselis ar pienu	50/100	5,18	4,89	19,32	157,32	A07
Vīnogu-upeņu dzēriens	150	0,26	0,00	8,00	50,19	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Piens	150	4,80	3,75	7,20	103,12	A07
Kopā:		26,00	24,60	96,58	739,04	
<i>Piektdienā</i>	1.-4. klasēm					
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Pupiņu zupa ar gaļu	150	6,52	6,52	22,30	151,75	
Makaroni ar sieru	150	9,00	7,50	28,25	225,00	A01,07
Salāti"Vitamīnu"	50	0,52	2,29	11,30	32,89	
Vīnogu-upeņu dzēriens	150	0,26	0,00	8,00	50,19	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Kopā:		26,16	22,86	95,59	662,33	

Sastādīja : K.Gurgāne

Ēdienkarte var tikt mainīta pamatotu iemeslu dēļ, par ko tiek izdarīti labojumi dienas sākumā.