

Ventspils 6.vidusskolas medmāsa Inta Pujate

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 07.09.-11.09.2026

1.-4. klasēm						
<i>Pirmdiena</i>	Daudz. gr.	Ol.balt.	Tauki	Ogļhidr.	kcla	Alergēni
Biešu zupa ar krējumu	150	3.63	5.65	9.99	98.79	A07,09
Cūkgaļas plov	150	7.20	11.67	26.33	282.87	A01
Kāpostu-burkānu salāti	50	0.71	1.91	15.75	29.67	
Ābolu-upeņu dzēriens	150	0.27	0.00	15.80	66.12	
Rudzu maize	30	2.48	0.40	18.32	86.67	A01
Kopā:		14.29	19.63	86.19	564.12	
1.-4. klasēm						
<i>Otrdiena</i>	Daudz.gr.	Ol.balt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Vārīti kartupeļi	150	1.88	3.20	21.29	129.00	
Cūkgaļa krējuma mērcē	50/50	11.19	11.63	14.12	206.73	A01,07,09
Burkānu salāti	50	0.43	2.29	2.77	34.01	
Šokolādes ķīselis ar pienu	50/70	5.18	4.89	19.32	157.32	A07
Upeņu dzēriens	150	1.08	0.00	7.80	40.10	
Rudzu maize	30	2.48	0.40	18.32	86.67	A01
Kopā:		22.24	22.41	83.62	653.83	
1.-4. klasēm						
<i>Trešdiena</i>	Daudz.gr.	Ol.balt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Pupiņu zupa	150	2.93	4.94	22.3	151.75	A07
Vārīti griķi	150	5.14	1.31	35.43	178.86	
Boloņas mērcē	50/50	12.15	15.27	10.67	161.25	A01,07,09
Gurķu-kāpostu salāti ar krējumu	50	0.89	2.80	3.30	44.32	A07
Upeņu-cidoniju dzēriens	150	0.26	0.00	8.00	50.19	
Rudzu maize	30	2.48	0.40	18.32	86.67	A01
Kopā:		23.85	24.72	98.02	673.04	
1.-4. klasēm						
<i>Ceturtdiena</i>	Daudz.gr.	Ol.balt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Kartupeļu biezputra	150	3.88	7.14	32.23	183.75	A07
Cūkgaļas kotletes	65	9.12	5.34	7.52	168.32	A01,03,07,09
Balto redīsu-burkānu salāti	50	0.49	3.20	2.77	53.84	A07
Rīsu krems ar ķīseli	30/70	1.30	5.85	12.95	132.63	A07
Upeņu-vīnogu dzēriens	150	0.26	0.00	8.00	50.19	
Rudzu maize	30	2.48	0.40	18.32	86.67	A01
Kopā:		17.53	21.93	81.79	675.40	
1.-4. klasēm						
<i>Piektdiena</i>	Daudz.gr.	Ol.balt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Sakņu zupa ar kartupeļiem	150	4.32	7.12	29.63	111.02	
Makaroni ar sieru	150	11.85	8.00	39.00	285.00	A01,07
Salāti"Vitamīnu"	50	0.52	2.29	11.30	30.89	
Upeņu dzēriens	150	1.08	0.00	7.80	40.10	
Rudzu maize	30	2.48	0.40	18.32	86.67	A01
Kopā:		20.25	17.81	106.05	553.68	

Sastādīja : Dina Pečaka

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

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 07.09.-11.09.2026

Pirmdienā		5-12.klasēm				
	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcla	Alerģēni
Biešu zupa ar krējumu	200	5.96	9.32	15.96	134.72	A07,09
Plovs ar cūkgaļu	250	12.00	19.45	43.88	471.45	A01
Svaigu burkānu-kāpostu salāti	100	1.42	2.82	31.60	59.34	
Upeņu dzēriens	200	0.35	0.00	16.00	66.92	
Rudzu maize	30	2.48	0.40	18.32	86.67	A01
Kopā:		22.21	31.99	125.76	819.10	
Otrdienā		5-12.klasēm				
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alerģēni
Vārīti kartupeļi	200	2.51	4.27	28.39	192.00	
Cūkgaļa saldā krējuma mērcē	50/50	11.19	11.63	14.12	206.73	A01,07,09
Burkānu salāti	150	1.29	6.87	8.31	102.03	
Šokolādes ķīselis ar pienu	50/70	5.18	4.89	19.32	157.32	A07
Upeņu dzēriens	200	0.35	0.00	16.00	66.92	
Rudzu maize	30	2.48	0.40	18.32	86.67	A01
Kopā:		23.00	28.06	104.46	811.67	
Trešdienā		5-12.klasēm				
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alerģēni
Pupiņu zupa	200	12.79	12.16	38.17	226.23	A07
Vārīti griķi	150	5.14	1.31	35.43	178.86	
Boloņas mērce	50/50	12.15	15.27	10.67	161.25	A01,07,09
Gurķu-kāpostu salāti ar krējumu	100	1.78	5.60	6.60	88.64	A07
Upeņu dzēriens	200	0.35	0.00	16.00	66.92	
Rudzu maize	30	2.48	0.40	18.32	86.67	A01
Kopā:		34.69	34.74	125.19	808.57	
Ceturtdienā		5-12.klasēm				
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alerģēni
Kartupeļu biezputra	200	5.84	9.32	42.97	245.03	A07
Cūkgaļas kotletes	65	9.12	5.34	7.52	168.32	A01,03,07,09
Balto redīsu-burkānu salāti	100	0.98	6.40	5.54	107.68	A07
Rīsu krems ar ķīseli	30/70	1.30	5.85	12.95	132.63	A07
Upeņu dzēriens	200	0.35	0.00	16.00	66.92	
Rudzu maize	30	2.48	0.40	18.32	86.67	A01
Kopā:		20.07	27.31	103.30	807.25	
Piektdienā		5-12.klasēm				
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alerģēni
Sakņu zupa ar kartupeļiem	250	7.68	12.65	42.32	197.39	
Makaroni ar sieru	200	15.80	10.67	43.00	393.85	A01,07
Salāti"Vitamīnu"	100	1.04	5.58	22.60	61.88	
Upeņu dzēriens	200	0.35	0.00	16.00	66.92	
Rudzu maize	30	2.48	0.40	18.32	86.67	A01
Kopā:		27.35	29.30	142.24	806.71	

Sastādīja : Dina Pečaka

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