

Ventspils 6.vidusskolas medmāsa Inta Pujate

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 28.09-02.10.2026

<i>Pirmdiena</i>						
1.-4. klasēm						
	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcla	Alergēni
Pupiņu zupa	150	7.93	5.94	22.30	182.00	
Cūkgaļas plov	150	7.20	11.67	26.33	282.87	
Marinēts gurķis	50	0.80	2.90	6.34	67.86	
Ābols	100	0.30	0.00	11.40	49.00	
Ābolu-upeņu dzēriens	150	0.27	0.00	15.80	66.12	
Rudzu maize	30	1.86	0.30	13.74	65.00	A01
Kopā:		18.36	20.81	95.91	712.85	
<i>Otrdiena</i>						
1.-4. klasēm						
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Vārīti kartupeļi	150	1.40	4.51	19.23	129.00	A07
Cūkgaļas strogonovs	50/50	11.11	9.26	12.08	219.10	A01,07,09
Burkānu salāti	50	0.43	2.29	2.77	34.01	
Biezpiena krems ar ķīseli	30/70	5.00	11.08	24.00	202.00	A07
Upeņu dzēriens	150	0.27	0.00	12.00	52.32	
Rudzu maize	30	1.86	0.30	13.74	65.00	A01
Kopā:		20.07	27.44	83.82	701.43	
<i>Trešdiena</i>						
1.-4. klasēm						
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Makaroni ar sieru	150	11.85	10.47	32.25	295.39	A01,07
Biešu-kāpostu salāti	50	0.62	2.29	2.77	34.01	A07
Mannā biezputra ar kanēli	100/5	6.60	6.52	19.63	142.32	A07
Upeņu dzēriens	150	0.27	0.00	12.00	52.32	
Kviešu maize	30	3.00	1.20	15.00	78.00	A01
Kopā:		22.34	20.48	81.65	602.04	
<i>Ceturtdiena</i>						
1.-4. klasēm						
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Kartupeļu biezputra	150	3.38	5.10	17.88	154.96	A01,07
Cūkgaļas kotlete	60	11.80	11.96	12.12	250.00	A01,03,07
Kāpostu-burkānu salāti	50	0.71	1.91	15.75	29.67	
Ogu ķīselis ar pienu	50/100	5.18	4.89	19.32	157.32	A07
Ābolu-upeņu dzēriens	150	0.19	0.00	11.29	44.22	
Rudzu maize	30	1.86	0.30	13.74	65.00	A01
Kopā:		23.12	24.16	90.10	701.17	
<i>Piektdiena</i>						
1.-4. klasēm						
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Piena zupa ar makaroniem	150	5.18	4.42	22.21	129.63	A07
Vārīti griķi	130	4.68	1.20	32.34	162.76	
Boloņas mērce	50/50	12.15	15.55	10.67	268.63	A01,07,09
Kāpostu-gurķu salāti ar krējumu	50	0.68	4.12	11.30	59.63	A07
Upeņu dzēriens	150	0.27	0.00	12.00	52.32	
Rudzu maize	30	1.86	0.30	13.74	65.00	A01
Kopā:		24.82	25.59	102.26	737.97	

Sastādīja : Dina Pečaka

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

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 28.09-02.10.2026

Pirmdienā		5.-12. klasēm				
	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcla	Alergēni
Pupiņu zupa	200	10.57	9.92	29.73	242.66	
Cūkgaļas plovš	150	7.20	11.67	26.33	282.87	
Marinēts gurķis	100	1.60	5.80	12.68	135.72	
Ābols	100	0.30	0.00	11.40	49.00	
Ābolu-upeņu dzēriens	200	0.36	0.00	16.00	66.92	
Rudzu maize	30	1.86	0.30	13.74	65.00	A01
Kopā:		21.89	27.69	109.88	842.17	
Otrdienā		5.-12. klasēm				
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Vārīti kartupeļi	150	1.40	4.51	19.23	129.00	A07
Cūkgaļas stroganovs	50/50	11.11	9.26	12.08	219.10	A01,07,09
Burkānu salāti	100	0.86	5.58	5.54	68.02	
Biezpiena krems ar ķīseli	30/70	5.00	11.08	24.00	202.00	A07
Upeņu dzēriens	200	0.35	0.00	16.00	66.92	
Rudzu maize	40	3.30	0.70	27.48	130.00	A01
Kopā:		22.02	31.13	104.33	815.04	
Trešdienā		5.-12. klasēm				
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Makaroni ar siera mērci	200	15.80	13.96	43.00	393.85	A01,07
Biešu-kāpostu salāti	150	1.86	6.87	8.31	102.03	
Mannā biezputra ar kanēli	100/5	6.60	6.52	19.63	142.32	A07
Upeņu dzēriens	200	0.35	0.00	16.00	66.92	
Kviešu maize	40	4.00	1.60	20.00	129.96	A01
Kopā:		28.61	28.95	106.94	835.08	
Ceturtdienā		5.-12. klasēm				
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Kartupeļu biezputra	150	3.38	5.10	17.88	154.96	A01,07
Cūkgaļas kotlete	60	11.80	11.96	12.12	250.00	A01,03,07
Kāpostu-burkānu salāti	100	1.42	3.82	31.50	59.34	
Ogu ķīselis ar pienu	50/100	5.18	4.89	19.32	157.32	A07
Ābolu-upeņu dzēriens	200	0.36	0.00	16.00	66.92	
Kviešu maize	40	4.00	1.60	20.00	129.96	A01
Kopā:		26.14	27.37	116.82	818.50	
Piektdienā		5.-12. klasēm				
	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Alergēni
Piena zupa ar makaroniem	150	5.18	4.42	22.21	129.63	A07
Vārīti griķi	130	4.68	1.20	32.34	162.76	
Boloņas mērce	50/50	12.15	15.55	10.67	268.63	A01,07,09
Kāpostu-gurķu salāti ar krējumu	100	1.36	8.24	22.60	119.26	A07
Upeņu dzēriens	200	0.35	0.00	16.00	66.92	
Rudzu maize	40	3.30	0.60	27.48	130.00	A01
Kopā:		27.02	30.01	131.30	877.20	

Sastādīja : Dina Pečaka

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