

**Ēdienkarte**

Skolas direktore/s

**PUSDIENAS 1.-4. kl.**

28.04. – 30.04. 2025. g.

**PIRMDIENA 28.04.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Dārzeņu assorti salāti ar eļļu	1	50					
	*Plovs cūkgaļas	1	50/120					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Jogurts ar kukurūzas pārslām (Piena olbaltumvielas)	1	70/10					
	*Āboli		100					
				<b>€2,53</b>	<b>23,82</b>	<b>25,92</b>	<b>87,61</b>	<b>680,33</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,88 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 7,5 grami						
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)								

**OTRDIENA 29.04.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Piena zupa ar rīsiem (Piens, sviests)	1	200					
	*Svaigie tomāti	1	50					
	*Cūkgaļas kotlete ar biezpienu (Kvieši, piens, biezpiens)	1	70					
	*Kartupeļu biezenis (Piens, sviests)	1	150					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200					
	*Bumbieri		140					
				<b>€2,53</b>	<b>27,69</b>	<b>22,38</b>	<b>92,45</b>	<b>695,79</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 1,68 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)								

**TREŠDIENA 30.04.**

<u>Ēdienr.</u>	<u>Ēdiena nosaukums</u>	<u>P.sk.</u>	<u>Gat.sv.</u>	<u>Porc.cen.</u>	<u>Olbaltumi</u>	<u>Tauki</u>	<u>Ogļhidrāti</u>	<u>Kalorijas</u>
<b>Pusdienas</b>								
	*Svaigie gurķi	1	50					
	*Cepta vista (Krējums skābs)	1	70					
	*Vārtīti makaroni (Kvieši, sviests)	1	110					
	*Tēja ar cukuru	1	200					
	*Rupjmaize (Rudzi)	1	25					
	*Āboli	1	200					
	*Cepumi (Kvieši, olas)	1	20					
				<b>€2,53</b>	<b>25,43</b>	<b>25,17</b>	<b>80,06</b>	<b>660,70</b>
KOPĀ:	PIEVIENOTAIS SĀLS 0,72 grami	PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami						

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:

MEDMĀSA:

TEHNOLOGS: