

Datums	Ēdienreize	Ēdiena nosaukums	Piezīmes	Daudzums	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
<b>Pirmdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Makaroni BG ar sieru	*A07	180/30	10.8	17.9	47.1	393
		Ķīnas kāpostu - tomātu salāti ar eļļu		100	3.7	3.4	4.2	62
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Ābolu -dzērveņu dzēriens		200	0.4	0.1	19.8	82
		Piens	*A07	200	5.6	5	9.4	105
<i>Kopā:</i>					<b>22.3</b>	<b>26.8</b>	<b>97.7</b>	<b>721</b>
<b>Otrdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Vistas gaļas kotlete (ar kartupeļu cieti)	*A03	70	11.5	11.9	2.4	163
		Vārīti rīsi		150	5	0.7	51	241
		Krējums	*A07	30	0.8	7.5	0.8	74
		Balto redīsu un gurķu salāti	*A07	70	1.2	1.5	4.1	35
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Rabarberu dzēriens		200	5.6	5	9.4	105
		Auglis (ābols)		100	0.4	0.8	9.8	48
<i>Kopā:</i>					<b>26.3</b>	<b>27.8</b>	<b>94.7</b>	<b>745</b>
<b>Trešdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Viltotais zaķis (ar kartupeļu cieti)	*A03	90	15.8	16.3	16.4	276
		Vārīti kartupeļi		250	5	0	37	168
		Svaigu kāpostu salāti ar zaļumiem un eļļu		100	1.8	4	7.1	72
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Kefīrs	*A07	200	5.6	4	8.2	112
<i>Kopā:</i>					<b>30</b>	<b>24.7</b>	<b>85.9</b>	<b>707</b>
<b>Ceturtdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Vista karija mērcē (ar kartupeļu cieti)	*A07	120	14.8	22.8	9.4	302
		Vārīti griķi		200	10.1	2.6	49.6	262
		Burkānu-ziedkāpostu salāti ar krējumu	*A07	100	1.8	2.2	5.9	51
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Dzērveņu dzēriens		200	0.4	0.2	11.8	51
<i>Kopā:</i>					<b>28.9</b>	<b>28.2</b>	<b>93.9</b>	<b>745</b>
<b>Piektdiena</b>	<b>Pusdienas</b>	Boloņas mērce (ar kartupeļu cieti)		120	17.5	18.2	8.9	269
		Vārīti makaroni BG		150	3.1	3.3	41.5	216
		Jauktu dārzeņu salāti		100	1.2	5.1	3.7	66
		Citronu dzēriens		200	0.1	0	12.3	50
		Bezglutēna galetes		20	1.8	0.4	17.2	80
		Auglis (ābols)		100	0.4	0.8	9.8	48
<i>Kopā:</i>					<b>24.1</b>	<b>27.8</b>	<b>93.4</b>	<b>729</b>

Ēdienkarte sastādīta ņemot vērā MK noteikumu Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem (no 13.03.2012)” grozījumiem (21.08.2018.)

Izglītojamie	Enerģētiskā vērtība (kcal)	Olbaltumvielas (g)	Tauki (g)	Ogļhidrāti (g)
5.-9.klase	700-960	18-36	23-37	79-144