

ĒDIENKARTE 1. - 4. klasēm
Ventspils

Pirmdiena 26.05.2025	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kalorijas	ALERĢĒNI
Skābeņu zupa ar krējumu	200/5	2.90	5.70	14.60	125.10	A03.A07
Vistas gabaliņi krējuma mērcē	100	10.40	9.10	6.90	152.90	A01,A07
Vārīti makaroni	150	7.38	1.68	41.94	212.40	A01
Biešu salāti ar eļļu	70	1.0	4.10	5.50	63	
Ūdens ar apelsīnu	200	0.20	0.04	1.66	8.44	
Rudzu maize	30	1.86	0.3	13.74	65	A01
Kopā:		23.74	20.92	84.34	626.84	
Otrdiena 27.05.2025	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	Kalorijas	ALERĢĒNI
Vistas gaļas zupa ar kausēto sieru	250	16.80	12.60	20.50	244.70	A07.A01
Dundagas krēms ar ķīseli	70/90	4.0	6.90	23	187	A01,A07
Ābols	100	0.2	0.1	11.80	49	
Rudzu maize	30	1.86	0.3	13.74	65	A01
Kopā:		22.86	19.9	69.04	545.7	
Trešdiena 28.05.2025	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	Kalorijas	ALERĢĒNI
Piena zupa ar nūdelēm	200	7.20	4.30	25.30	158.60	A07.A01
C/g gulašs krējuma mērcē	100	10	12.50	6.70	181.10	A07.A01
Tvaicēti rīsi	150	4.08	0.24	43.20	189	
Svaigu kāpostu salāti ar gurķi	70	0.80	4.10	2.40	50.50	
Ūdens ar laimu	200	0.14	0.12	0.64	7.20	
Rudzu maize	30	1.86	0.3	13.74	65	A01
Kopā:		24.08	21.56	91.98	651.4	
Ceturtdiena 29.05.2025	Daudz.gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	Kalorijas	ALERĢĒNI
Karbonāde	60	11.20	10.80	4.30	164.3	A01,A03
Kartupeļu biežputra	170	3.5	0.40	24.20	117.20	A07
Svaigu kāpostu salāti ar tomātu	70	0.80	3.10	4.30	49.10	
Rīsu krēms ar ķīseli	50/100	2.40	10.60	28.30	223.40	A07
Karkādes dzēriens	200	0.19	0	14.9	65.1	
Rudzu maize	30	1.86	0.3	13.8	65	A01
Kopā:		19.95	25.2	89.8	684.1	

Produktu nepiegādāšanas gadījumā ēdienkartē var tikt veiktas izmaiņas

Ēdienkartē iekļauts "skolas piens" 3x150ml