

SIA "DAGA" ĒDIENKARTE 31.03.-04.04.2025

Pirmdiena	1.-4. klasēm					5.-9.klasēm					Alerģēni
	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcla	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	kcal		
Zupa "Zemnieku"	150	3,33	4,29	18,76	89,32	200	2,91	7,15	23,44	144,32	A07,09
Makaroni "Jūrnieku" gaumē	150	10,24	7,98	34,12	259,63	200	13,65	10,64	45,49	346,17	A01,07,09
Svaigu kāpostu salāti	50	0,80	2,50	5,34	59,97	100	1,60	5,00	10,68	119,94	
Vīnogu dzēriens	150	0,26	0,00	12,00	50,19	150	0,26	0,00	12,00	50,19	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Ābols	100	0,30	0,00	11,40	49,00	100	0,30	0,00	11,40	49,00	
<b>Kopā:</b>	<b>16,79</b>	<b>15,07</b>	<b>95,36</b>	<b>573,11</b>	<b>573,11</b>	<b>20,58</b>	<b>23,09</b>	<b>116,75</b>	<b>774,62</b>	<b>774,62</b>	
2. Otrdiena	1.-4. klasēm					5.-9.klasēm					Alerģēni
Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla		
Vārti griķi	150	5,14	1,31	35,43	178,86	150	5,14	1,31	35,43	178,86	
Cūkgāļa saldskābā mērcē	50/50	9,11	8,32	10,39	135,63	50/50	9,11	8,32	10,39	135,63	A01,07,09
Burkānu salāti	50	0,43	2,29	2,77	34,01	100	0,86	4,58	5,54	68,02	
Auzu pārslu biežputra, ievārījums	100/15	4,20	3,50	20,10	116,00	100/15	4,20	3,50	20,10	116,00	A01,07
Vīnogu-upēņu dzēriens	150	0,19	0,00	11,29	44,22	150	0,19	0,00	11,29	44,22	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Piens	200	6,40	5,00	9,60	110,00	200	6,40	5,00	9,60	110,00	A07
<b>Kopā:</b>	<b>27,33</b>	<b>20,72</b>	<b>103,32</b>	<b>683,72</b>	<b>683,72</b>	<b>27,76</b>	<b>23,01</b>	<b>106,09</b>	<b>717,73</b>	<b>717,73</b>	
Trešdiena	1.-4. klasēm					5.-9.klasēm					Alerģēni
Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla		
Kartupeļu biežputra	150	2,05	5,10	17,88	131,25	150	2,05	5,10	17,88	131,25	A07
Kotlete cūkgāļas	70	8,23	6,42	1,39	129,96	70	8,23	6,42	1,39	129,96	A01,03,07
Marinēts gurķis	50	0,80	2,90	5,34	59,97	100	1,60	5,80	10,68	129,20	
Pārslas ar pienu	30/100	6,75	5,97	18,96	128,52	30/100	6,75	5,97	18,96	128,52	A07
Vīnogu-upēņu dzēriens	150	0,2	0,0	11,3	44,2	150	0,2	0,0	11,3	44,2	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Ābols	100	0,30	0,00	11,40	49,00	100	0,30	0,00	11,40	49,00	
Piens	150	4,80	3,75	7,20	103,12	150	4,80	3,75	7,20	103,12	A07
<b>Kopā:</b>	<b>24,98</b>	<b>24,44</b>	<b>87,20</b>	<b>711,04</b>	<b>711,04</b>	<b>25,78</b>	<b>27,34</b>	<b>92,54</b>	<b>780,27</b>	<b>780,27</b>	
Ceturtdiena	1.-4. klasēm					5.-9.klasēm					Alerģēni
Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla		
Vārti makaroni	150	5,69	6,15	44,66	245,63	150	5,69	6,15	44,66	245,63	A01
Boloņas mērce	50/50	9,10	11,20	7,11	136,23	50/50	9,10	11,20	7,11	136,23	A01,07
Biešu salāti	50	0,32	2,29	3,04	36,13	100	0,64	4,58	6,08	72,26	
Biezpiena-šokolādes krems ar ķīseli	50/70	5,5	8,6	17,0	158,6	50/70	5,5	8,6	17,0	158,6	A07
Upēņu-ābolu dzēriens	150	0,36	0,00	11,80	40,10	150	1,08	0,00	11,80	40,10	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Ābols	100	0,30	0,00	11,40	49,00	100	0,30	0,00	11,40	49,00	
<b>Kopā:</b>	<b>23,13</b>	<b>28,54</b>	<b>108,71</b>	<b>730,72</b>	<b>730,72</b>	<b>24,59</b>	<b>30,83</b>	<b>111,75</b>	<b>766,85</b>	<b>766,85</b>	
Piektdiena	1.-4. klasēm					5.-9.klasēm					Alerģēni
Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla	Daudz. gr.	Olbalt.	Tauki	Ogļhi.	kcla		
Piena zupa ar makaroniem	200	6	6	20	154	200	6	6	20	154	A01,07
Plovs cūkgāļas	150	7,60	9,63	28,63	232,63	200	10,13	12,80	38,13	310,33	
Kāpostu-burkānu salāti	50	0,8	1,91	15,75	49,29	100	1,6	3,83	31,5	98,58	
Vīnogu-upēņu dzēriens	150	0,2	0,0	11,3	44,2	150	0,2	0,0	11,3	44,2	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	250	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
<b>Kopā:</b>	<b>24,45</b>	<b>24,09</b>	<b>101,41</b>	<b>682,64</b>	<b>682,64</b>	<b>27,78</b>	<b>29,18</b>	<b>126,66</b>	<b>809,63</b>	<b>809,63</b>	

Sastādīja : Anita Patmalnīka

Saskaņots.  
 Ventspils 1.pamatskolas medmāsa \_\_\_\_\_  
 2025.gada \_\_\_\_\_

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