

## SIA "DAGA"

## ĒDIENKARTE 26.05.-30.05.2025

| Pirmdiena                         |               | 1.-4. klasēm |       |          |        | 5.-9.klasēm   |         |       |          |        |           |
|-----------------------------------|---------------|--------------|-------|----------|--------|---------------|---------|-------|----------|--------|-----------|
|                                   | Daudz.<br>gr. | Olbalt.      | Tauki | Ogļhidr. | kcla   |               | Olbalt. | Tauki | Ogļhidr. | kcal   | Alerģēni  |
| Zupa"Zemnieku"                    | 150           | 3,33         | 4,29  | 18,76    | 89,32  | 200           | 2,91    | 7,15  | 23,44    | 144,32 | A07,09    |
| Risotto ar malto gaļu             | 150           | 7,20         | 8,67  | 26,35    | 254,32 | 200           | 9,60    | 11,56 | 35,10    | 339,09 |           |
| Svaigu kāpostu salāti             | 50            | 0,8          | 2,5   | 5,34     | 59,97  | 100           | 1,6     | 5     | 10,68    | 119,94 |           |
| Ābolu-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       |
|                                   | Kopā:         | 13,38        | 15,76 | 75,48    | 512,83 | Kopā          | 16,16   | 24,01 | 94,25    | 712,57 |           |
| 2. Otrdiena                       |               | 1.-4. klasēm |       |          |        | 5.-9.klasēm   |         |       |          |        |           |
|                                   | Daudz.<br>gr. | Olbalt.      | Tauki | Ogļhi.   | kcla   | Daudz.<br>gr. | Olbalt. | Tauki | Ogļhi.   | kcla   | Alerģēni  |
| Vāriti griķi                      | 150           | 5,14         | 1,31  | 35,43    | 178,86 | 150           | 5,14    | 1,31  | 35,43    | 178,86 |           |
| Boloņas mērce                     | 50/50         | 7,63         | 11,20 | 7,11     | 101,18 | 50/50         | 7,63    | 11,20 | 7,11     | 101,18 | A01,07    |
| Burkānu salāti                    | 50            | 0,43         | 2,29  | 2,77     | 34,01  | 150           | 1,29    | 13,74 | 16,62    | 204,06 |           |
| 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       |
|                                   | Kopā:         | 19,45        | 18,60 | 90,44    | 539,27 | Kopā          | 20,31   | 30,05 | 104,29   | 709,32 |           |
| Trešdiena                         |               | 1.-4. klasēm |       |          |        | 5.-9.klasēm   |         |       |          |        |           |
|                                   | Daudz.<br>gr. | Olbalt.      | Tauki | Ogļhi.   | kcla   | Daudz.<br>gr. | Olbalt. | Tauki | Ogļhi.   | kcla   | Alerģēni  |
| Vāriti makaroni                   | 150           | 5,69         | 6,15  | 44,66    | 245,63 | 150           | 5,69    | 6,15  | 44,66    | 245,63 | A01       |
| Cūkgaļa saldskābā mērcē           | 50/50         | 9,11         | 9,32  | 10,39    | 135,63 | 50/50         | 9,11    | 9,32  | 10,39    | 135,63 | A01,07,09 |
| Kāpostu-burkānu salāti            | 50            | 0,8          | 2,5   | 5,34     | 59,97  | 100           | 1,6     | 5     | 10,68    | 119,94 |           |
| Sokolādes krems ar ķīseli         | 50/70         | 4,77         | 7,70  | 25,21    | 139,63 | 50/70         | 4,77    | 7,70  | 25,21    | 139,63 | A07       |
| Vīnogu-upēņu dzēriens             | 150           | 0,19         | 0,00  | 11,29    | 44,22  | 150           | 0,19    | 0,00  | 11,29    | 44,22  |           |
| Piens                             | 250           | 8,00         | 6,25  | 12,00    | 137,50 | 250           | 8,00    | 6,25  | 12,00    | 137,50 | A07       |
|                                   | Kopā:         | 28,56        | 31,92 | 108,89   | 762,58 | Kopā          | 29,36   | 34,42 | 114,23   | 822,55 |           |
| Ceturtdiena                       |               | 1.-4. klasēm |       |          |        | 5.-9.klasēm   |         |       |          |        |           |
|                                   | Daudz.<br>gr. | Olbalt.      | Tauki | Ogļhi.   | kcla   | Daudz.<br>gr. | Olbalt. | Tauki | Ogļhi.   | kcla   | Alerģēni  |
| Piena zupa ar makaroniem          | 200           | 6            | 6     | 20       | 154    | 200           | 6       | 6     | 20       | 154    | A01,07    |
| Kartupeļu sautējums ar cūkgaļu    | 200           | 13,1         | 11,6  | 22,6     | 289,6  | 200           | 13,1    | 11,6  | 22,6     | 289,6  | A07       |
| Salāti"Vitamīnu"                  | 50            | 0,52         | 2,29  | 11,30    | 32,89  | 100           | 1,04    | 4,58  | 22,60    | 65,78  |           |
| 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                             | 150           | 4,80         | 3,75  | 7,20     | 103,12 | 150           | 4,80    | 3,75  | 7,20     | 103,12 | A07       |
|                                   | Kopā:         | 26,46        | 23,94 | 86,16    | 688,86 | Kopā          | 26,98   | 26,23 | 97,46    | 721,75 |           |
| Piektdiena                        |               | 1.-4. klasēm |       |          |        | 5.-9.klasēm   |         |       |          |        |           |
| Svētku pusdienas                  |               |              |       |          |        |               |         |       |          |        |           |

Sastādīja : Anita Patmalnika

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

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