

Ventspils 1.pamatskola

Apstiprinu:

Ventspils 1.pamatskolas direktore _____

2025.gada _____

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 19.11.-21.11.2025

Pirmdiena	5.-9. klasēm					
Brīvs						
Otrdiena	5.-9. klasēm					
Brīvs						
Trešdiena	5.-9. klasēm					
	<i>Daudz.gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	Alergēni
Pupiņu zupa ar krējumu	150	2,93	3,94	18,23	102,23	A07
Makaroni “Jūrnieku gaumē”	200	10,24	8,85	40,12	307,71	A01
Kāpostu-burkānu salāti	100	1,42	3,82	22,24	59,34	
Upēņu dzēriens	150	0,90	0,00	4,30	40,10	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Ābols	100	0,30	0,00	11,40	49,00	
Piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Kopā:		25,65	23,16	122,03	760,88	
Ceturtdiena	5.-9. klasēm					
	<i>Daudz.gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	Alergēni
Kartupeļu biežputra	150	2,05	5,10	17,88	131,25	A01
Cūkgaļas cīsiņi 70%	100	9,00	7,00	4,00	132,23	
Burkānu salāti	100	0,86	5,58	5,54	68,02	
Ābolu krems ar ķīseli	30/70	0,75	6,96	17,32	109,63	A07
Vīnogu dzēriens	150	0,80	0,00	6,12	50,64	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Piens	250	8,00	6,25	12,00	137,50	A07
Ābols	100	0,30	0,00	11,40	49,00	
Kopā:		23,62	31,19	88,00	743,27	
Piektdiena	5.-9. klasēm					
	<i>Daudz.gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	Alergēni
Vārīti rīsi	150	3,24	0,55	41,14	188,57	
Vistas gabaliņi krējuma mērcē	50/50	11,03	10,17	4,87	127,26	A01,07
Svaigu kāpostu-pētersīļu salāti	100	1,60	5,00	10,68	119,94	
Pārslas ar pienu	30/100	5,75	5,97	25,63	128,32	A01,07
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Ābols	100	0,30	0,00	11,40	49,00	
Piens	150	4,80	3,75	7,20	103,12	A07
Kopā:		28,58	25,74	114,66	781,21	

Sastādīja : Iveta Ekamne

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

