

## SIA "DAGA"

## ĒDIENKARTE 09.02.-13.02.2026

| Pirmdiena                           | 5.-9. klasēm     |               |              |                 |             |           |
|-------------------------------------|------------------|---------------|--------------|-----------------|-------------|-----------|
|                                     | <i>Dauz.</i>     | <i>Olalt.</i> | <i>Tauki</i> | <i>Ogļhidr.</i> | <i>kcla</i> | Alergēni  |
| Frikadeļu zupa                      | 150              | 5,83          | 9,32         | 5,52            | 128,96      | A07       |
| Vārīti makaroni                     | 150              | 5,69          | 6,15         | 34,66           | 229,32      | A01       |
| Cūkgaļas gulašs                     | 50/50            | 9,23          | 8,63         | 4,43            | 122,32      | A01,07,09 |
| Svaigu kāpostu-pētersīļu salāti     | 100              | 1,11          | 5,58         | 27,42           | 65,00       |           |
| Ābolu-upeņu dzēriens                | 150              | 0,2           | 0,0          | 11,3            | 44,2        |           |
| Rudzu maize                         | 30               | 1,86          | 0,30         | 13,74           | 65,00       | A01       |
| Ābols                               | 100              | 0,30          | 0,00         | 11,40           | 49,00       |           |
| Kopā:                               | 24,21            | 29,98         | 108,46       | 703,82          |             |           |
| 2. Otrdiena                         | 5.-9. klasēm     |               |              |                 |             |           |
|                                     | <i>Daudz.gr.</i> | <i>Olalt.</i> | <i>Tauki</i> | <i>Ogļhi.</i>   | <i>kcla</i> | Alergēni  |
| Vārīti kartupeļi                    | 150              | 2,40          | 2,51         | 19,23           | 129,00      |           |
| Piena mērce                         | 50               | 0,86          | 2,00         | 1,00            | 31,60       | A01,07,09 |
| Cūkgaļas bumbiņas                   | 70               | 8,63          | 7,63         | 2,96            | 168,52      | A01,03,07 |
| Burkānu salāti                      | 100              | 0,86          | 5,58         | 5,54            | 68,02       |           |
| Biezpiena krems ar ķīseli           | 50/70            | 5,50          | 7,60         | 16,96           | 131,23      | A07       |
| Vīnogu-upeņu dzēriens               | 150              | 0,19          | 0,00         | 11,29           | 44,22       |           |
| Rudzu maize                         | 30               | 1,86          | 0,30         | 13,74           | 65,00       | A01       |
| Piens                               | 250              | 8,00          | 6,25         | 12,00           | 137,50      | A07       |
| Kopā:                               | 28,30            | 31,87         | 82,72        | 775,09          |             |           |
| Trešdiena                           | 5.-9. klasēm     |               |              |                 |             |           |
|                                     | <i>Daudz.gr.</i> | <i>Olalt.</i> | <i>Tauki</i> | <i>Ogļhi.</i>   | <i>kcla</i> | Alergēni  |
| Vārīti griķi                        | 150              | 5,14          | 1,31         | 35,43           | 178,86      |           |
| Maltās gaļas mērce                  | 50/50            | 9,2           | 9,9          | 5,6             | 169,0       | A01,07    |
| Biešu salāti                        | 100              | 0,64          | 5,58         | 6,08            | 72,26       |           |
| Rīsu pārslu biezputra ar ievārījumu | 100/15           | 3,25          | 3,25         | 15,23           | 108,12      | A07       |
| Vīnogu-upeņu dzēriens               | 150              | 0,19          | 0,00         | 11,29           | 44,22       |           |
| Ābols                               | 100              | 0,30          | 0,00         | 11,40           | 49,00       |           |
| Piens                               | 250              | 8,00          | 6,25         | 12,00           | 137,50      | A07       |
| Kopā:                               | 26,73            | 26,29         | 97,06        | 758,92          |             |           |
| Ceturtdiena                         | 5.-9. klasēm     |               |              |                 |             |           |
|                                     | <i>Daudz.gr.</i> | <i>Olalt.</i> | <i>Tauki</i> | <i>Ogļhi.</i>   | <i>kcla</i> | Alergēni  |
| Risotto ar vistu, dārzeņiem         | 150              | 9,23          | 9,67         | 32,52           | 259,63      | A07       |
| Kāpostu-burkānu salāti              | 100              | 1,60          | 5,00         | 10,68           | 119,94      |           |
| Pārslas ar pienu                    | 30/100           | 4,21          | 5,97         | 19,52           | 122,32      | A07       |
| Vīnogu-upeņu dzēriens               | 150              | 0,19          | 0,00         | 11,29           | 44,22       |           |
| Rudzu maize                         | 30               | 1,86          | 0,30         | 13,74           | 65,00       | A01       |
| Piens                               | 150              | 4,80          | 3,75         | 7,20            | 103,12      | A07       |
| Kopā:                               | 21,89            | 24,69         | 94,95        | 714,23          |             |           |
| Piektdiena                          | 5.-9. klasēm     |               |              |                 |             |           |
|                                     | <i>Daudz.gr.</i> | <i>Olalt.</i> | <i>Tauki</i> | <i>Ogļhi.</i>   | <i>kcla</i> | Alergēni  |
| Borščs ar gaļu                      | 200              | 4,57          | 7,63         | 22,32           | 149,76      |           |
| Kartupeļu sautējums ar cūkgaļu      | 200              | 13,1          | 11,6         | 22,6            | 289,6       | A07       |
| Marinēts gurķis                     | 100              | 1,60          | 5,80         | 10,68           | 119,65      |           |
| Vīnogu-upeņu dzēriens               | 150              | 0,2           | 0,0          | 11,3            | 44,2        |           |
| Rudzu maize                         | 30               | 1,86          | 0,30         | 13,74           | 65,00       | A01       |
| Ābols                               | 100              | 0,30          | 0,00         | 11,40           | 49,00       |           |
| Kopā:                               | 21,61            | 25,33         | 92,06        | 717,26          |             |           |

Sastādīja : Anita Patmalnika

Saskaņots.

Ventspils 1.pamatskolas medmāsa \_\_\_\_\_

2026.gada \_\_\_\_\_

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