

Pirmdiena		5.-9. klasēm					
	Daudz.gr	Olbalt.	Tauki	Oglh.	kcla	Alerģēni	
Dārzeņu zupa ar krējumu	250	7,12	8,24	37,22	252,92	A07	
Makaroni "Jūrnieku gaumē"	200	12,84	13,96	42,12	357,89	A07	
Svaigu kāpostu salāti	100	1,11	5,58	27,44	65,00		
Vīnogu-upeņu dzēriens	150	0,19	0,00	11,29	44,22		
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01	
Kopā:		23,12	28,08	131,81	785,03		
2. Otrdiena		5.-9. klasēm					
	Daudz.gr	Olbalt.	Tauki	Oglh.	kcla	Alerģēni	
Vārīti griķi	150	5,14	1,31	35,43	178,86		
Cūkgaļas gulašs	50/50	7,12	5,49	12,08	129,63	A01,07	
Biešu salāti	100	0,64	5,58	6,08	72,26		
Biezpiena-šokolādes krems ar ķīseli	50/70	5,3	8,6	17,0	139,3	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:		28,23	27,53	107,58	766,79		
Trešdiena		5.-9. klasēm					
	Daudz.gr	Olbalt.	Tauki	Oglh.	kcla	Alerģēni	
Kartupeļu biežputra	150	2,05	5,10	17,88	131,25	A07	
Cūkgaļas cīsiņi 70%	70	8,40	9,60	1,50	139,95		
Redīsu-burkānu salāti	100	0,64	5,58	6,08	76,32	A07	
Mannā biežputra ar kanēli	120	6,52	4,39	20,12	153,23	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:		27,66	31,22	82,61	747,47		
Ceturtdiena		5.-9. klasēm					
	Daudz.gr	Olbalt.	Tauki	Oglh.	kcla	Alerģēni	
Biešu zupa ar krējumu	200	3,63	3,65	5,99	98,63	A01,07	
Vārīti rīsi	200	4,80	0,72	57,60	264,00		
Cūkgaļa strogonovs	50/50	11,11	9,32	12,08	219,10	A01,07	
Burkānu salāti	100	0,86	5,58	5,54	68,02		
Vīnogu-upeņu dzēriens	150	0,19	0,00	11,29	44,22		
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01	
Kopā:		22,45	19,57	106,24	758,97		
Piektdiena		5.-9. klasēm					
	Daudz.gr	Olbalt.	Tauki	Oglh.	kcla	Alerģēni	
Sakņu sautējums ar cūkgaļu	250	9,32	9,85	21,36	328,96	A07	
Marinēts gurķis	100	1,60	1,80	16,50	47,92		
Auzu pārslu krems ar ķīseli	50/100	1,29	13,24	11,96	160,54	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:		19,06	28,94	82,05	749,76		

Sastādīja : Anita Patmalnika

Saskaņots.

Ventspils 1.pamatskolas medmāsa _____

2026.gada _____

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