

Pirmdiena	1.-4. klasēm					
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhidr.</i>	<i>kcla</i>	Alergēni
Zupa "Rasolņiks"	150	2,60	3,70	14,21	132,63	
Makaroni ar gaļu	150	10,24	9,98	34,12	259,63	A01
Kāpostu salāti	50	0,55	2,29	13,71	32,60	
Ābolu-upeņu dzēriens	150	0,27	0,00	15,80	66,12	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Kopā:		15,52	16,27	91,58	555,98	
2. Otrdiena	1.-4. klasēm					
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	Alergēni
Vārīti griķi	150	5,14	1,31	35,43	178,86	
Vistas gabaliņi saldiskābā mērcē	50/50	10,65	9,50	13,93	149,00	A01,07,09
Burkānu salāti	50	0,43	2,29	2,77	34,01	
Vaniļas krems ar ķīseli	30/70	5,00	13,08	24,00	202,00	A07
Upeņu dzēriens	150	0,27	0,00	12,00	52,32	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Kopā:		23,35	26,48	101,87	681,19	
Trešdiena	1.-4. klasēm					
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	Alergēni
Vārīti kartupeļi	150	1,40	4,51	19,23	129,00	A07
Maltās gaļas mērcē	50/50	11,83	14,97	17,38	228,89	A01,07
Biešu salāti	50	0,62	2,29	2,77	34,01	A07
Ābols	100	0,30	0,00	11,40	49,00	
Upeņu dzēriens	150	0,27	0,00	12,00	52,32	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Kopā:		16,28	22,07	76,52	558,22	
Ceturtdiena	1.-4. klasēm					
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	Alergēni
Vārīti rīsi	150	3,43	0,51	41,14	188,57	A01,07
Cūkgaļas gulašs	50/50	14,59	11,16	6,35	139,32	A01,07
Kāpostu-burkānu salāti	50	0,71	1,91	15,75	29,67	
Jogurta krēms ar ķīseli	30/70	1,33	13,96	20,07	227,98	
Ābolu-upeņu dzēriens	150	0,19	0,00	11,29	44,22	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Kopā:		22,11	27,84	108,34	694,76	
Piektdiena	1.-4. klasēm					
	<i>Daudz. gr.</i>	<i>Olbalt.</i>	<i>Tauki</i>	<i>Ogļhi.</i>	<i>kcla</i>	Alergēni
Vistas zupa ar nūdelēm	150	5,18	4,42	32,21	169,96	A07
Kartupeļu-maltās gaļas sautējums	150	9,02	11,30	22,12	269,96	
Vitamīnu salāti	50	0,49	4,47	2,77	53,84	
Upeņu dzēriens	150	0,27	0,00	12,00	52,32	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
Kopā:		16,82	20,49	82,84	611,08	

Sastādīja : Anita Petroviča

Saskaņots.

Ventspils 1.pamatskolas medmāsa _____

2026.gada _____

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