Ventspils 1.pamatskola

Ventspils 1.pamatskolas direktore_____
2026.gada _____

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 09.11-13.11.2026

Pirmdiena	*1.-4. klasēm*					
	Daudz. gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhidr.*	*kcla*	Alergēni
Zupa"Zemnieku"	150	5,97	7,53	13,57	158,63	A07
Makaroni"Jūrnieku gaumē"	150	10,24	9,98	34,12	278,96	A01
Kāpostu salāti	50	0,55	2,29	13,71	32,60	
Vīnogu-upeņu dzēriens	150	0,27	0,00	15,80	66,12	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
	Kopā:	18,89	20,10	90,94	601,31	
2. Otrdiena	*1.-4. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Vistas zupa ar makaroniem	150	5,18	5,42	12,65	103,36	A01
Vārīti griķi	130	4,68	1,20	32,24	162,76	
Cūkgaļa saldskābā mērcē	50/50	13,74	9,32	12,08	219,10	A01,07,09
Burkānu salāti	50	0,43	2,29	2,77	34,01	
Vīnogu-upeņu dzēriens	150	0,27	0,00	15,80	66,12	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
	Kopā:	26,16	18,53	89,28	650,35	
Trešdiena	*1.-4. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Kartupeļu biezputra	150	2,05	5,10	17,88	131,25	A01,07
Sautēta cūkgaļas bumbiņa	70	8,23	6,42	9,63	229,23	A01,03,07
Marinēts gurķis	50	0,80	2,90	5,34	59,97	A01,07,09
Pārslas ar pienu	30/100	6,75	5,97	18,96	128,52	A01
Vīnogu-upeņu dzēriens	150	0,27	0,00	15,80	66,12	
Rudzu maize	30	1,86	0,30	13,74	65,00	A01
	Kopā:	19,96	20,69	81,35	680,09	
Ceturtdiena	*1.-4. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Vārīti makaroni	150	5,69	6,15	44,66	245,63	A01,07
Boloņas mērce	50/50	9,10	11,20	7,11	136,23	A01,03,07
Biešu salāti	50	0,32	2,29	3,04	36,13	
Biezpiena sacepums ar ķīseli	50/70	7,32	8,60	28,96	158,63	
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:	24,48	28,54	108,80	685,84	
Piektdiena	*1.-4. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Frikadeļu uzpa	150	7,62	9,04	11,34	202,12	A07
Plovs cūkgaļas	150	10,24	11,96	44,12	307,71	A07,09
Ķīnas kāpostu-gurķu salāti	50	0,49	1,63	11,32	53,84	A07
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:	20,40	22,93	91,81	672,89	

Programmas"Skolas piens, Skolas auglis" ietvaros 3 dienas nedēļā 1-9.klašu skolēniem nodrošina piena un ābola izdali.

Sastādīja : Anita Petroviča

Saskaņots.
Ventspils 1.pamatskolas medmāsa _____
2026.gada _____

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