Ventspils 1.pamatskola

Ventspils 1.pamatskolas direktore_____
2026.gada _____

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 09.11-13.11.2026

Pirmdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz. gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhidr.*	*kcla*	Alergēni
Zupa"Zemnieku"	200	7,96	10,04	18,09	211,51	A07
Makaroni"Jūrnieku gaumē"	200	13,65	13,31	45,49	371,95	A01
Kāpostu salāti	100	1,10	4,58	27,42	65,20	
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:	24,84	28,23	120,54	779,78	
2. Otrdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Vistas zupa ar makaroniem	200	6,91	9,12	16,87	137,81	A01
Vārīti griķi	150	5,40	1,60	42,98	217,75	
Cūkgaļa saldskābā mērcē	50/50	13,74	9,32	12,08	219,10	A01,07,09
Burkānu salāti	100	0,86	4,58	5,54	68,02	
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:	29,04	24,92	107,01	773,80	
Trešdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Kartupeļu biezputra	150	2,05	5,10	19,88	131,25	A01,07
Sautēta cūkgaļas bumbiņa	70	8,23	6,42	9,63	229,23	A01,03,07
Marinēts gurķis	100	1,60	5,80	10,68	119,94	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:	20,76	23,59	88,69	740,06	
Ceturtdiena	*5.-9. 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	100	0,64	4,48	6,08	72,26	
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:	24,80	30,73	111,84	721,97	
Piektdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Frikadeļu uzpa	200	10,16	12,05	15,12	269,49	A07
Plovs cūkgaļas	150	10,24	11,96	44,12	307,71	A07,09
Ķīnas kāpostu-gurķu salāti	100	0,98	3,26	22,64	107,68	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:	23,43	27,57	106,91	794,10	

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.