Ventspils 1.pamatskola

Ventspils 1.pamatskolas direktore_____
2026.gada _____

SIA "DAGA"

ĒDIENKARTE 16.11-20.11.2026

Pirmdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz. gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhidr.*	*kcla*	Alergēni
Biešu zupa ar krējumu	200	6,05	9,41	16,65	164,65	A07,09
Risotto ar vistu, dārzeņiem	200	9,60	15,56	35,10	348,12	A01
Kāpostu-burkānu salāti	100	1,42	3,82	31,50	59,34	
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:	19,20	29,09	112,79	703,23	
2. Otrdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Vārīti kartupeļi	200	1,96	6,32	26,92	192,00	A07
Vista saldskābā mērcē	50/50	13,74	9,32	12,08	219,10	A01,07,09
Kāpostu salāti	100	1,10	4,58	27,42	65,20	
Augļu ķīselis ar putukrējumu	70/20	1,01	9,03	9,52	153,23	
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:	19,94	29,55	105,48	760,65	
Trešdiena	*5.-9. klasēm*					
BRĪVS						
Ceturtdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Sakņu zupa ar kartupeļiem	150	5,59	3,04	11,34	120,60	A07
Makaroni, c/g cīsiņi, tomātu mērce	200/70/15	10,24	13,23	44,12	449,64	A07,09
Redīsu salāti ar krējumu	100	0,98	8,94	5,54	107,68	
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:	18,86	25,51	86,03	787,14	
Piektdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Vārīti griķi	150	5,40	1,60	37,20	187,70	
Boloņas mērce	50/50	12,15	15,55	10,67	198,63	A01,07,09
Burkānu salāti	100	0,86	4,58	5,54	68,02	
Uzpūtenis ar pienu	50/100	6,12	3,15	22,13	129,63	
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:	26,66	25,18	105,08	715,10	

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.