Ventspils 1.pamatskola

Ventspils 1.pamatskolas direktore_____
2026.gada _____

SIA “DAGA”

ĒDIENKARTE 23.11-27.11.2026

Pirmdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz. gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhidr.*	*kcla*	Alergēni
Pupiņu zupa	150	7,93	5,94	22,30	182,00	
Cūkgaļas plovs	150	7,20	11,67	26,33	282,87	
Marinēts gurķis	100	1,60	5,80	12,68	135,72	
Ābols	100	0,30	0,00	11,40	49,00	
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:	19,16	23,71	102,25	780,71	
2. Otrdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Vārīti kartupeļi	150	1,40	4,51	19,23	129,00	A07
Cūkgaļas strogonovs	50/50	11,11	9,26	12,08	219,10	A01,07,09
Burkānu salāti	100	0,86	5,58	5,54	68,02	
Biezpiena krems ar ķīseli	30/70	5,00	11,08	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:	20,50	30,73	86,59	735,44	
Trešdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz.gr	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Makaroni ar gaļu	200	11,63	13,96	43,00	377,95	A01,07
Biešu-kāpostu salāti	100	1,24	5,58	5,54	68,02	A07
Mannā biezputra ar kanēli	100/5	6,60	5,32	19,63	142,32	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:	21,60	25,16	93,91	705,61	
Ceturtdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Kartupeļu biezputra	150	3,38	5,10	17,88	154,96	A01,07
Cūkgaļas kotlete	60	11,80	11,96	12,12	250,00	A01,03,07
Kāpostu-burkānu salāti	100	1,42	3,82	31,50	59,34	
Ogu ķīselis ar pienu	50/100	5,18	4,89	19,32	157,32	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:	23,83	26,07	105,85	730,84	
Piektdiena	*5.-9. klasēm*					
	Daudz.gr.	*Olbalt.*	*Tauki*	*Ogļhi.*	*kcla*	Alergēni
Piena zupa ar makaroniem	150	5,18	4,42	22,21	129,63	A07
Vārīti griķi	130	4,68	1,20	32,34	162,76	
Boloņas mērce	50/50	12,15	15,55	10,67	268,63	A01,07,09
Kāpostu-gurķu salāti ar krējumu	100	1,36	8,24	22,60	119,26	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:	25,50	29,71	113,56	797,60	

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 _____