

3 - 6 gadi		ĒDIENKARTE		13. - 17. oktobris	
Ēdiena nosaukums (alergēni*)	BROKASTIS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	PUSDIENAS	Ēdiena nosaukums (alergēni*)	LAUNAGS
	grami		grami		grami
PIRMDIENA		PIRMDIENA		PIRMDIENA	
salāti ar zivi (heka fileja) (Z;O)	80	pamatēd.krāsainie makaroni ar vistas gaļu(G)	200	deserts kukurūzas pārslas (G)	25
saldskābmaize ar sviestu (G;P)	35	salāti ķīnas kāpostu ar krējumu (P)	50	piens (P)	150
tēja (zaļā) ar cukuru	200	deserts dažādu ogu ķīselis	100	bumbieris	75
		putukrējums (P)	20		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.32/9.16		
OTRDIENA		OTRDIENA		OTRDIENA	
biezputra mannas (G;P)	200	zupa biešu ar vistas gaļu un krējumu(P)	250	salāti Mājas rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	100
ievārījums zemeņu - ābolu	15	deserts mango krēms (P)	50	rupjmaize (G)	25
tēja citronu ar upenēm	150	saldā mērce ābolu sulas	100	tēja citronu ar ķiršiem	150
		rupjmaize (G)	16		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.52/11		
TREŠDIENA		TREŠDIENA		TREŠDIENA	
biezpiens vājpiena ar krējumu (P)	80	piedeva vārīti griķi	150	piena zupa ar makaroniem (P;G)	200
sviestmaize ar sieru (G;P)	35	pamatēd. kotlete Mājas (G;O)	60	baltmaize ar ābolu džemu (G)	25
tēja (piparmētru) ar cukuru	200	mērce krējuma (G;P;SE)	50		
		salāti Raibie	50		
		deserts dzērveņu uzpūtenis (G)	60		
		piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.76/7.4		
CETURTDIENA		CETURTDIENA		CETURTDIENA	
salāti Dārzeņu rasols ar majonēzi(Olu dzelt.pulv)	80	zupa dārzeņu ar vistas gaļu	180	trijstūrmaize ar p/ž desu un sv.gurķi(G;P)	50
baltmaize (G)	15	piedeva vārīti makaroni (G)	150	tēja citronu ar avenēm	200
dzēriens miežu kafijas ar pienu (G;P)	150	pamatēd.maltās gaļas mērce (G;P)	60		
		salāti Biešu- ābolu	50		
		sulas dzēriens ābolu	100		
		rupjmaize (G)	6		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	2/6.75		
PIEKTDIENA		PIEKTDIENA		PIEKTDIENA	
biezputra kukurūzas (P)	150	piedeva kartupeļu biezenis (P)	200	smalkmaizīte magoņu(G;O)	70
ievārījums ķiršu - ābolu	15	pamatēd. cūkgaļas gulašs (G;P)	80	tēja (kumelišu) ar cukuru	150
sviestmaize ar sv.gurķi (P;G)	30	svaigu kāpostu salāti	50		
tēja (augļu mix) ar cukuru	200	deserts augļu- ogu biezais ķīselis	80		
		piens (P)	100		
kopā		kopā		kopā	
		sāls/cukurs	1.32/8.8		
		pēc dienas uztura normas	2/11		

Ēdienkarte sastādīta saskaņā ar MK noteikumiem Nr.172 no 13.03.2012., MK noteikumiem Nr.606 no 04.08.2023 un EP un Padomes regulas Nr.1169/2011
Nepieciešamības gadījumā (pārtikas piegādes aizkavēšanās vai citu neplānotu apstākļu dēļ) ēdienkarte var tikt mainīta, saskāņojot ar administrāciju.
Ēdienkarti apstiprināja PII vadītāja: Ēdienkarti sastādīja SIA"Saules ieleja 3"valdes locekle:
Ēdienkarte saskaņota ar PII medmāsu:
* **G**- graudaugi, kas satur lipekli (glutēnu), **O**- olas un to produkti, **Z**- zivis un to produkti, **ZR**- zemesrieksti, **P**- piens un to produkti, **R**- rieksti, **S**- sezama sēklas un to produkti, **SI**-sinepes,SE-selērijas