

Ēdienkarte nedēļai: 26.07.2021 - 30.07.2021

3.pirmsskolas izglītības iestāde (maksas pakalpojumi)

Grupa: 1-2 29.pii

Pirmdiena 26.07.2021				Otrdiena 27.07.2021				Trešdiena 28.07.2021				Ceturtdiena 29.07.2021				Piektdiena 30.07.2021			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis auzu pārslu biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/150,1 kcal) kakao ar pienu 1-2 [A07] (150g/56,4 kcal) rausis 1-2 [A01] (30g/57,7 kcal)				Brokastis prosas biezputra 1-2 [A07] (200g/158,8 kcal) augļu tēja 1-2 (150g/22,0 kcal) baltmaize ar sviestu 1-2 [A01, A07] (18g/44,0 kcal) nektarīns 1-2 (70g/28,6 kcal)				Brokastis miežu-kviešu biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/146,7 kcal) cikoriņi ar pienu 1-2 [A07] (150g/50,8 kcal) cepumi (saimnieka) 1-2 [A01] (12g/38,6 kcal) arbūzs 1-2 (60g/23,3 kcal)				Brokastis miežu-auzu pārslu biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/145,2 kcal) kafijas dzēriens ar pienu 1-2 [A01, A07] (150g/51,6 kcal) vafeles 1-2 [A01] (15g/56,6 kcal) bumbieris 1-2 (70g/39,1 kcal)				Brokastis kukurūzas -mannas biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/143,3 kcal) džems vis.gr. (30g/72,0 kcal) zaļā tēja 1-2 (150g/22,0 kcal) baltmaize ar sviestu 1-2 [A01, A07] (18g/44,0 kcal)			
9,2	40,1	8,2	264,2	6,6	39,9	8,6	253,4	8,8	40,3	7,6	259,4	8,3	43,7	10,0	292,5	6,1	50,5	7,1	281,3
Pusdienas dārzenu zupa 1-2 [A07] (150g/67,9 kcal) gaļas bitočki 1-2 [A01, A03, A07] (60g/138,6 kcal) griķi,vārīti 3-6 [A07] (110g/114,2 kcal) burkānu un sieru salāti 1-2 [A07] (40g/37,5 kcal) rudzu maize 1-2 [A01] (20g/34,5 kcal) kompots no sulas 1-2 (100g/30,2 kcal)				Pusdienas rīsu zupa 1-2 [A07] (150g/64,7 kcal) malta vistas gaļa 1-2 (60g/83,1 kcal) kartupeļu biezenis 1-2 [A07] (80g/83,8 kcal) svaigu kāpostu, papriku salāti 1-2 (50g/50,9 kcal) rudzu maize 1-2 [A01] (20g/34,5 kcal) citronu kompots ar rozīnēm 1-2 (100g/26,3 kcal)				Pusdienas nūdeļu zupa 1-2 [A01, A07] (150g/64,9 kcal) azu tatāru gaumē(ar cūkg.) 1-2 [A01, A07] (150g/207,8 kcal) svaigi gurķi 1-2 (30g/3,5 kcal) rudzu maize 1-2 [A01] (20g/34,5 kcal) rabarberu kompots 1-2 (100g/16,3 kcal)				Pusdienas svaigu kāpostu zupa 1-2 [A07] (150g/61,1 kcal) zivju tefteļi 1-2 [A01, A03, A04, A07] (60g/90,6 kcal) rīsi vārīti 1-2 [A07] (90g/65,9 kcal) biesu salāti 1-2 (40g/40,5 kcal) rudzu maize 1-2 [A01] (20g/34,5 kcal) ķiršu kompots (sald.ogas)1-2 (100g/19,6 kcal)				Pusdienas zirņu zupa 1-2 [A07] (150g/112,3 kcal) vārīti cīsiņi 1-2 [A03, A09, A10] (70g/152,2 kcal) kartupeļu un burkānu biezenis 1-2 [A07] (100g/88,6 kcal) svaigu kāpostu-ābolu salāti 1-2 (40g/36,2 kcal) rudzu maize 1-2 [A01] (20g/34,5 kcal) rabarberu, rozīnes kompots 1-2 (100g/25,5 kcal)			
22,8	48,1	16,1	422,9	18,6	36,2	14,3	343,3	19,4	35,4	12,6	327,0	16,4	40,3	10,1	312,2	18,5	44,3	22,6	449,3
Launags sautēti kartupeļi ar pupiņām 1-2 [A01, A07] (200g/149,3 kcal) melnā tēja 1-2 (150g/22,0 kcal) rudzu maize vis.gr. [A01] (20g/36,1 kcal) melone 1-2 (75g/40,6 kcal)				Launags biezpiena-burkānu plācenisi ar sv. un krēj. 1-2 [A01, A03, A07] (160g/287,9 kcal) jogurts 1-2 [A07] (150g/99,2 kcal)				Launags dārzenu tīteņi ar sv. un krēj. 1-2 [A01, A07] (200g/144,1 kcal) melnā tēja 1-2 (150g/22,0 kcal) rudzu maize vis.gr. [A01] (20g/36,1 kcal)				Launags omlete ar sieru 1-2 [A01, A03, A07] (100g/137,6 kcal) tomāti 1-2 (40g/6,2 kcal) melnā tēja 1-2 (150g/22,0 kcal) rudzu maize vis.gr. [A01] (20g/36,1 kcal)				Launags makaroni ar sv.1-2 [A01, A07] (100g/106,5 kcal) kefirs 1-2 [A07] (150g/80,0 kcal) banāns 1-2 (70g/56,6 kcal)			
6,5	49,0	3,7	248,0	21,1	35,3	19,0	387,1	5,0	29,6	8,2	202,2	11,7	20,3	9,2	201,9	8,9	35,7	7,4	243,1
Uzturvērtības kopā 38,5 137,2 28,0 935,1 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 46,3 111,4 41,9 983,8 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 33,2 105,3 28,4 788,6 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 36,4 104,3 29,3 806,6 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 33,5 130,5 37,1 973,7 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) Nav atbilstošu MK noteikumu			

Sagatavoja: pirmsskolas iestāžu un skolu māsa: J.Lazareva

izsniedza: V.Fjodorova
saņēma :A.Vasijevska

Ēdienkarte nedēļai: 26.07.2021 - 30.07.2021

3.pirmsskolas izglītības iestāde (maksas pakalpojumi)

Grupa: 1-2

Pirmdiena 26.07.2021				Otrdiena 27.07.2021				Trešdiena 28.07.2021				Ceturtdiena 29.07.2021				Piektdiena 30.07.2021			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis auzu pārslu biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/150,1 kcal) kakao ar pienu 1-2 [A07] (150g/56,4 kcal) rausis 1-2 [A01] (30g/57,7 kcal)				Brokastis prosas biezputra 1-2 [A07] (200g/158,8 kcal) augļu tēja 1-2 (150g/22,0 kcal) baltmaize ar sviestu 1-2 [A01, A07] (18g/44,0 kcal) nektarīns 1-2 (70g/28,6 kcal)				Brokastis miežu-kviešu biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/146,7 kcal) cikoriņi ar pienu 1-2 [A07] (150g/50,8 kcal) cepumi (saimnieka) 1-2 [A01] (12g/38,6 kcal) arbūzs 1-2 (60g/23,3 kcal)				Brokastis miežu-auzu pārslu biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/145,2 kcal) kafijas dzēriens ar pienu 1-2 [A01, A07] (150g/51,6 kcal) vafeles 1-2 [A01] (15g/56,6 kcal) bumbieris 1-2 (70g/39,1 kcal)				Brokastis kukurūzas -mannas biezputra 1-2 [A01, A07] (200g/143,3 kcal) džems vis.gr. (30g/72,0 kcal) zaļā tēja 1-2 (150g/22,0 kcal) baltmaize ar sviestu 1-2 [A01, A07] (18g/44,0 kcal)			
9,2	40,1	8,2	264,2	6,6	39,9	8,6	253,4	8,8	40,3	7,6	259,4	8,3	43,7	10,0	292,5	6,1	50,5	7,1	281,3
Pusdienas dārzenu zupa 1-2 [A07] (150g/67,9 kcal) gaļas bitočki 1-2 [A01, A03, A07] (60g/138,6 kcal) griķi,vārīti 1-2 [A07] (90g/90,1 kcal) burkānu un sieru salāti 1-2 [A07] (40g/37,5 kcal) rudzu maize 1-2 [A01] (20g/34,5 kcal) kompots no sulas 1-2 (100g/30,2 kcal)				Pusdienas rīsu zupa 1-2 [A07] (150g/64,7 kcal) malta vistas gaļa 1-2 (60g/83,1 kcal) kartupeļu biezenis 1-2 [A07] (80g/83,8 kcal) svaigu kāpostu, papriku salāti 1-2 (50g/50,9 kcal) rudzu maize 1-2 [A01] (20g/34,5 kcal) citronu kompots ar rozīnēm 1-2 (100g/26,3 kcal)				Pusdienas nūdeļu zupa 1-2 [A01, A07] (150g/64,9 kcal) azu tatāru gaumē(ar cūkg.) 1-2 [A01, A07] (150g/207,8 kcal) svaigi gurķi 1-2 (30g/3,5 kcal) rudzu maize 1-2 [A01] (20g/34,5 kcal) rabarberu kompots 1-2 (100g/16,3 kcal)				Pusdienas svaigu kāpostu zupa 1-2 [A07] (150g/61,1 kcal) zivju tefteļi 1-2 [A01, A03, A04, A07] (60g/90,6 kcal) rīsi vārīti 1-2 [A07] (90g/65,9 kcal) biesu salāti 1-2 (40g/40,5 kcal) rudzu maize 1-2 [A01] (20g/34,5 kcal) ķiršu kompots (sald.ogas)1-2 (100g/19,6 kcal)				Pusdienas zirņu zupa 1-2 [A07] (150g/112,3 kcal) vārīti cīsiņi 1-2 [A03, A09, A10] (70g/152,2 kcal) kartupeļu un burkānu biezenis 1-2 [A07] (100g/88,6 kcal) svaigu kāpostu-ābolu salāti 1-2 (40g/36,2 kcal) rudzu maize 1-2 [A01] (20g/34,5 kcal) rabarberu, rozīnes kompots 1-2 (100g/25,5 kcal)			
22,4	44,3	15,3	398,8	18,6	36,2	14,3	343,3	19,4	35,4	12,6	327,0	16,4	40,3	10,1	312,2	18,5	44,3	22,6	449,3
Launags sautēti kartupeļi ar pupiņām 1-2 [A01, A07] (200g/149,3 kcal) melnā tēja 1-2 (150g/22,0 kcal) rudzu maize vis.gr. [A01] (20g/36,1 kcal) melone 1-2 (75g/40,6 kcal)				Launags biezpiena-burkānu plācenisi ar sv. un krēj. 1-2 [A01, A03, A07] (160g/287,9 kcal) jogurts 1-2 [A07] (150g/99,2 kcal)				Launags dārzenu tīteņi ar sv. un krēj. 1-2 [A01, A07] (200g/144,1 kcal) melnā tēja 1-2 (150g/22,0 kcal) rudzu maize vis.gr. [A01] (20g/36,1 kcal)				Launags omlete ar sieru 1-2 [A01, A03, A07] (100g/137,6 kcal) tomāti 1-2 (40g/6,2 kcal) melnā tēja 1-2 (150g/22,0 kcal) rudzu maize vis.gr. [A01] (20g/36,1 kcal)				Launags makaroni ar sv.1-2 [A01, A07] (100g/106,5 kcal) kefirs 1-2 [A07] (150g/80,0 kcal) banāns 1-2 (70g/56,6 kcal)			
6,5	49,0	3,7	248,0	21,1	35,3	19,0	387,1	5,0	29,6	8,2	202,2	11,7	20,3	9,2	201,9	8,9	35,7	7,4	243,1
Uzturvērtības kopā 38,1 133,4 27,2 911,0 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 46,3 111,4 41,9 983,8 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 33,2 105,3 28,4 788,6 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 36,4 104,3 29,3 806,6 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 33,5 130,5 37,1 973,7 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (18-30) (81-120) (24-36) (720-800) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: pirmsskolas iestāžu un skolu māsa: J.Lazareva

izsniedza: V.Fjodorova
saņēma :A.Vasijevska

Ēdienkarte nedēļai: 26.07.2021 - 30.07.2021

3.pirmsskolas izglītības iestāde (maksas pakalpojumi)

Grupa: 3-6

Pirmdiena 26.07.2021				Otrdiena 27.07.2021				Trešdiena 28.07.2021				Ceturtdiena 29.07.2021				Piektdiena 30.07.2021			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis auzu pārslu biezputra 3-6 [A01, A07] (200g/156,5 kcal) kakao ar pienu 3-6 [A07] (200g/64,5 kcal) rausis 3-6 [A01] (35g/67,3 kcal)				Brokastis prosas biezputra 3-6 [A07] (200g/165,3 kcal) augļu tēja 3-6 (200g/22,6 kcal) baltmaize ar sviestu 3-6 [A01, A07] (30g/73,3 kcal) nektarīns 3-6 (90g/36,5 kcal)				Brokastis miežu-kviešu biezputra 3-6 [A01, A07] (200g/153,1 kcal) cikoriņi ar pienu 3-6 [A07] (200g/61,5 kcal) cepumi (saimnieka) 3-6 [A01] (24g/77,2 kcal) arbūzs 3-6 (90g/35,0 kcal)				Brokastis miežu-auzu pārslu biezputra 3-6 [A01, A07] (200g/151,6 kcal) kafijas dzēriens ar pienu 3-6 [A01, A07] (200g/62,3 kcal) vafeles 3-6 [A01] (15g/56,6 kcal) bumbieris 3-6 (90g/50,0 kcal)				Brokastis kukurūzas -mannas biezputra 3-6 [A01, A07] (200g/149,7 kcal) džems vis.gr. (30g/72,0 kcal) zaļā tēja 3-6 (200g/22,0 kcal) baltmaize ar sviestu 3-6 [A01, A07] (30g/73,3 kcal)			
9,9	42,8	9,3	288,3	7,5	44,9	11,0	297,7	10,6	51,1	9,6	326,8	8,8	47,8	11,2	320,5	6,8	53,7	9,4	317,0
Pusdienas dārzenu zupa 3-6 [A07] (200g/74,2 kcal) gaļas bitoči 3-6 [A01, A03, A07] (80g/162,3 kcal) griķi,vārīti 3-6 [A07] (110g/114,2 kcal) burkānu un sieru salāti 3-6 [A07] (50g/45,2 kcal) rudzu maize 3-6 [A01] (40g/65,9 kcal) kompots no sulas 3-6 (150g/34,6 kcal)				Pusdienas rīsu zupa 3-6 [A07] (200g/84,7 kcal) sautēta vista gab. 3-6 (100g/131,8 kcal) kartupeļu biezenis 3-6 [A07] (90g/83,5 kcal) svaigu kāpostu, papriku salāti 3-6 (57g/69,2 kcal) rudzu maize 3-6 [A01] (40g/65,9 kcal) citronu kompots ar rozīnēm 3-6 (150g/26,6 kcal)				Pusdienas nūdeļu zupa 3-6 [A01, A07] (200g/70,0 kcal) azu tatāru gaumē(ar cūkg.) 3-6 [A01, A07] (200g/253,3 kcal) svaigi gurķi 3-6 (35g/4,0 kcal) rudzu maize 3-6 [A01] (40g/65,9 kcal) rabarberu kompots 3-6 (150g/16,7 kcal)				Pusdienas svaigu kāpostu zupa 3-6 [A07] (200g/70,6 kcal) zivs mīklā(saida) 3-6 [A01, A03, A04, A07] (90g/204,4 kcal) rīsi vārīti 3-6 [A07] (110g/107,3 kcal) biesu salāti 3-6 (50g/52,6 kcal) rudzu maize 3-6 [A01] (40g/65,9 kcal) ķiršu kompots (sald.ogās) 3-6 (150g/24,4 kcal)				Pusdienas zirņu zupa 3-6 [A07] (200g/132,0 kcal) vārīti cīsiņi 3-6 [A03, A09, A10] (90g/193,9 kcal) kartupeļu un burkānu biezenis 3-6 [A07] (130g/106,3 kcal) svaigu kāpostu, biesu salāti 3-6 (50g/50,0 kcal) rudzu maize 3-6 [A01] (40g/65,9 kcal) rabarberu, rozīnes kompots 3-6 (150g/28,3 kcal)			
27,2	56,7	18,4	496,4	27,4	45,5	19,5	461,7	25,1	45,1	15,2	409,9	22,8	63,1	21,0	525,2	24,1	57,7	28,3	576,4
Launags sautēti kartupeļi ar pupiņām 3-6 [A01, A07] (200g/154,0 kcal) melnā tēja 3-6 (200g/22,0 kcal) rudzu maize vis.gr. [A01] (20g/36,1 kcal) melone 3-6 (90g/48,7 kcal)				Launags biezpiena-burkānu plācenisi ar sv. un krēj. 3-6 [A01, A03, A07] (160g/297,5 kcal) jogurts 3-6 [A07] (200g/130,2 kcal)				Launags dārzenu tīteņi ar sv. un krēj. 3-6 [A01, A07] (200g/158,3 kcal) melnā tēja 3-6 (200g/22,0 kcal) rudzu maize pers. [A01] (80g/125,6 kcal)				Launags omlete ar sieru 3-6 [A01, A03, A07] (100g/137,6 kcal) tomāti 3-6 (50g/7,8 kcal) melnā tēja 3-6 (200g/22,0 kcal) rudzu maize vis.gr. [A01] (20g/36,1 kcal)				Launags vārīti makaroni 3-6 [A01, A07] (200g/212,9 kcal) kefirs 3-6 [A07] (200g/105,0 kcal) banāns 3-6 (90g/72,3 kcal)			
6,9	51,7	3,7	260,8	22,3	40,1	21,0	427,7	8,4	47,3	10,5	305,9	11,8	20,5	9,3	203,5	13,7	58,6	11,5	390,2
Uzturvērtības kopā 44,0 151,2 31,4 1045,5 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 57,2 130,5 51,5 1187,1 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 44,1 143,5 35,3 1042,6 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 43,4 131,4 41,5 1049,2 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 44,6 170,0 49,2 1283,6 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (22-44) (97-176) (29-52) (860-1170) Sāls(g): (2-2) ; Cukurs(g): (20-20) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: pirmsskolas iestāžu un skolu māsa: J.Lazareva

Ēdienam pievienota sāls daudzums 2gr.,
cukura daudzums nepārsniedz 20gr.dienā.

Ēdiens satur alerģēnus:A01-graudaugi, kas satur glutēnu,
A03-olas, A04- zivs, A07-piens un tā produkti

izsniedza: V.Fjodorova
saņēma :A.Vasijevska

Ēdienkarte nedēļai: 26.07.2021 - 30.07.2021

3.pirmsskolas izglītības iestāde (maksas pakalpojumi)

Grupa: personāls

Pirmdiena 26.07.2021				Otrdiena 27.07.2021				Trešdiena 28.07.2021				Ceturtdiena 29.07.2021				Piektdiena 30.07.2021			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Pusdienas dārzeņu zupa 1-2 [A07] (150g/67,9 kcal) gaļas bitočkī 3-6 [A01, A03, A07] (80g/162,3 kcal) griķi,vārīti 3-6 [A07] (110g/114,2 kcal) burkānu un sieru salāti 3-6 [A07] (50g/45,2 kcal) rudzu maize pers. [A01] (80g/125,6 kcal) kompots no sulas 3-6 (150g/34,6 kcal)				Pusdienas rīsu zupa 3-6 [A07] (200g/84,7 kcal) sautēta vista gab. 3-6 (100g/131,8 kcal) kartupeļu biezenis 3-6 [A07] (90g/83,5 kcal) svaigu kāpostu, biesu salāti 3-6 (50g/50,0 kcal) rudzu maize pers. [A01] (80g/125,6 kcal) citronu kompots ar rozīnēm 3-6 (150g/26,6 kcal)				Pusdienas nūdeļu zupa 3-6 [A01, A07] (200g/70,0 kcal) azu tatāru gaumē(ar cūkg.) 3-6 [A01, A07] (200g/253,3 kcal) svaigi gurķi 3-6 (35g/4,0 kcal) rudzu maize pers. [A01] (80g/125,6 kcal) rabarberu kompots 3-6 (150g/16,7 kcal)				Pusdienas svaigu kāpostu zupa 3-6 [A07] (200g/70,6 kcal) zivs mīklā(saida) 3-6 [A01, A03, A04, A07] (90g/204,4 kcal) rīsi vārīti 3-6 [A07] (110g/107,3 kcal) biesu salāti 3-6 (50g/52,6 kcal) rudzu maize pers. [A01] (80g/125,6 kcal) ķirsu kompots (sald.ogas) 3-6 (150g/24,4 kcal)				Pusdienas zirņu zupa 3-6 [A07] (200g/132,0 kcal) vārīti cīsiņi 3-6 [A03, A09, A10] (90g/193,9 kcal) kartupeļu un burkānu biezenis 3-6 [A07] (130g/106,3 kcal) svaigu kāpostu, biesu salāti 3-6 (50g/50,0 kcal) rudzu maize pers. [A01] (80g/125,6 kcal) rabarberu, rozīnes kompots 3-6 (150g/28,3 kcal)			
29,2	67,5	18,7	549,8	29,9	58,4	17,2	502,2	27,4	56,9	15,6	469,6	25,1	74,9	21,4	584,9	26,4	69,5	28,7	636,1
Uzturvērtības kopā 29,2 67,5 18,7 549,8 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 29,9 58,4 17,2 502,2 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 27,4 56,9 15,6 469,6 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 25,1 74,9 21,4 584,9 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 26,4 69,5 28,7 636,1 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (-) ; Cukurs(g): (-) Nav atbilstošu MK noteikumu			

Sagatavoja: pirmsskolas iestāžu un skolu māsa: J.Lazareva
izsniedza: V.Fjodorova
saņēma :A.Vasiļevska