

### Ēdienkarte: 21.05.2018

| Ēdiena nosaukums                    | Porcijas    | Porcijas   | Uzturvērtības |              |             |              | Sāls, g       | Cukurs, g     |
|-------------------------------------|-------------|------------|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|
|                                     | cena, EUR   | svars, g   | Olbalt.       | Ogļh.        | Tauki       | Kcal         |               |               |
| <b>Pusdienas</b>                    |             |            |               |              |             |              |               |               |
| Zupa ar vistas gaļu un sieru. [A07] | 0,29        | 200        | 17,0          | 14,6         | 7,8         | 202,2        | 0,0000        | 0,0000        |
| Kartupeļu biezenis [A07]            | 0,08        | 150        | 4,1           | 27,9         | 2,9         | 153,7        | 0,0000        | 0,0000        |
| Sulas dzēriens                      | 0,03        | 200        | 0,0           | 17,7         | 0,0         | 62,4         | 0,0000        | 0,0000        |
| Maize [A01]                         | 0,04        | 45         | 3,0           | 19,1         | 0,5         | 92,7         | 0,0000        | 0,0000        |
| Ēdiena nosaukums                    | 0,09        | 50         | 0,5           | 1,5          | 2,9         | 31,8         | 0,0000        | 0,0000        |
| [A07]                               |             |            |               |              |             |              |               |               |
| Maltās gaļas mērce [A01, A07]       | 0,17        | 90         | 9,7           | 5,4          | 12,2        | 169,2        | 0,0000        | 0,0000        |
| cepumi [A01, A03, A05, A07, A11]    | 0,04        | 30         | 2,2           | 20,5         | 4,5         | 130,9        | 0,0000        | 0,0000        |
|                                     | <b>0,74</b> | <b>765</b> | <b>36,5</b>   | <b>106,7</b> | <b>30,8</b> | <b>842,9</b> | <b>0,0000</b> | <b>0,0000</b> |

### Ēdienkarte: 22.05.2018

| Ēdiena nosaukums                           | Porcijas    | Porcijas   | Uzturvērtības |             |             |              | Sāls, g       | Cukurs, g     |
|--|-------------|------------|---------------|-------------|-------------|--------------|---------------|---------------|
|  | cena, EUR   | svars, g   | Olbalt.       | Ogļh.       | Tauki       | Kcal         |               |               |
| <b>Pusdienas</b>                           |             |            |               |             |             |              |               |               |
| Svaigu kāpostu zupa ar kartupeļiem [A07]   | 0,11        | 250        | 3,8           | 7,6         | 11,5        | 149,0        | 0,0000        | 0,0000        |
| rīsi var.                                  | 0,06        | 140        | 0,0           | 52,8        | 5,3         | 258,8        | 0,0000        | 0,0000        |
| Vistas (cāļu) šķiņķīši, cepti              | 0,34        | 100        | 28,1          | 0,6         | 6,9         | 188,3        | 0,0000        | 0,0000        |
| mērce (baltā) [A01, A07]                   | 0,03        | 30         | 0,8           | 2,8         | 7,1         | 77,0         | 0,0000        | 0,0000        |
| Burkānu salāti ar majonēzi [A03, A07, A10] | 0,06        | 60         | 0,7           | 2,6         | 10,4        | 105,8        | 0,0000        | 0,0000        |
| dzērveņu dzēriens                          | 0,04        | 200        | 0,1           | 12,6        | 0,0         | 43,4         | 0,0000        | 0,0000        |
| Maize [A01]                                | 0,04        | 45         | 3,0           | 19,1        | 0,5         | 92,8         | 0,0000        | 0,0000        |
|  | <b>0,68</b> | <b>825</b> | <b>36,5</b>   | <b>98,1</b> | <b>41,7</b> | <b>915,1</b> | <b>0,0000</b> | <b>0,0000</b> |

### Ēdienkarte: 23.05.2018

| Ēdiena nosaukums                             | Porcijas    | Porcijas   | Uzturvērtības |              |             |              | Sāls, g       | Cukurs, g     |
|--|-------------|------------|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|
|  | cena, EUR   | svars, g   | Olbalt.       | Ogļh.        | Tauki       | Kcal         |               |               |
| <b>Pusdienas</b>                             |             |            |               |              |             |              |               |               |
| Piena zupa ar miltu klimpām. [A01, A03, A07] | 0,11        | 240        | 6,8           | 30,1         | 5,0         | 189,1        | 0,0000        | 0,0000        |
| Kartupeļi, vārīti                            | 0,05        | 150        | 3,3           | 25,0         | 0,2         | 114,6        | 0,0000        | 0,0000        |
| Sautēta gaļa mērcē, guljash [A01]            | 0,31        | 100        | 17,0          | 5,5          | 16,8        | 241,6        | 0,0000        | 0,0000        |
| skābu kāpostu salāti ar eļļu.                | 0,04        | 60         | 1,1           | 2,9          | 6,9         | 76,8         | 0,0000        | 0,0000        |
| Citronu dzēriens.                            | 0,04        | 200        | 0,2           | 15,6         | 0,0         | 54,2         | 0,0000        | 0,0000        |
| Maize [A01]                                  | 0,04        | 45         | 3,0           | 19,1         | 0,5         | 92,8         | 0,0000        | 0,0000        |
| baltmaize [A01, A03]                         | 0,02        | 20         | 1,6           | 9,6          | 0,4         | 48,1         | 0,0000        | 0,0000        |
| Kivi   | 0,09        | 70         | 0,7           | 6,4          | 0,4         | 32,1         | 0,0000        | 0,0000        |
|  | <b>0,70</b> | <b>885</b> | <b>33,7</b>   | <b>114,2</b> | <b>30,2</b> | <b>849,3</b> | <b>0,0000</b> | <b>0,0000</b> |

### Ēdienkarte: 24.05.2018

| Ēdiena nosaukums               | Porcijas    | Porcijas   | Uzturvērtības |              |             |              | Sāls, g       | Cukurs, g     |
|--------------------------------|-------------|------------|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|
|                                | cena, EUR   | svars, g   | Olbalt.       | Ogļh.        | Tauki       | Kcal         |               |               |
| <b>Pusdienas</b>               |             |            |               |              |             |              |               |               |
| auksta biešu zupa [A07]        | 0,21        | 250        | 4,9           | 12,9         | 2,4         | 92,7         | 0,0000        | 0,0000        |
| plovs                          | 0,35        | 200        | 14,5          | 54,4         | 15,1        | 411,4        | 0,0000        | 0,0000        |
| Tomātu salāti ar krējumu [A07] | 0,07        | 50         | 0,6           | 1,5          | 2,8         | 32,5         | 0,0000        | 0,0000        |
| Maize [A01]                    | 0,04        | 45         | 3,0           | 19,1         | 0,5         | 92,8         | 0,0000        | 0,0000        |
| kompots                        | 0,01        | 200        | 0,0           | 15,0         | 0,0         | 50,9         | 0,0000        | 0,0000        |
| vafeles [A01, A03, A07]        | 0,05        | 30         | 1,1           | 15,0         | 10,1        | 141,0        | 0,0000        | 0,0000        |
|                                | <b>0,73</b> | <b>775</b> | <b>24,1</b>   | <b>117,9</b> | <b>30,9</b> | <b>821,3</b> | <b>0,0000</b> | <b>0,0000</b> |

### Ēdienkarte: 25.05.2018

| Ēdiena nosaukums                             | Porcijas    | Porcijas   | Uzturvērtības |              |             |              | Sāls, g       | Cukurs, g     |
|--|-------------|------------|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|
|  | cena, EUR   | svars, g   | Olbalt.       | Ogļh.        | Tauki       | Kcal         |               |               |
| <b>Pusdienas</b>                             |             |            |               |              |             |              |               |               |
| Skābētu kāpostu zupa ar cūkas gaļu [A07]     | 0,10        | 250        | 2,5           | 11,5         | 9,2         | 137,3        | 0,0000        | 0,0000        |
| Viltotais zaķis (maltas gaļas veltnis) [A03] | 0,33        | 100        | 17,2          | 4,1          | 10,3        | 178,1        | 0,0000        | 0,0000        |
| Kartupeļu biezenis [A07]                     | 0,08        | 150        | 4,1           | 27,9         | 2,9         | 153,7        | 0,0000        | 0,0000        |
| Burkanu redisu salāts [A07]                  | 0,09        | 80         | 1,2           | 3,7          | 5,7         | 69,7         | 0,0000        | 0,0000        |
| Maize [A01]                                  | 0,04        | 45         | 3,0           | 19,1         | 0,5         | 92,8         | 0,0000        | 0,0000        |
| kompots                                      | 0,01        | 200        | 0,0           | 15,0         | 0,0         | 50,9         | 0,0000        | 0,0000        |
| Prjaniki                                     | 0,06        | 50         | 2,7           | 38,7         | 1,3         | 177,1        | 0,0000        | 0,0000        |
|  | <b>0,71</b> | <b>875</b> | <b>30,7</b>   | <b>120,0</b> | <b>29,9</b> | <b>859,6</b> | <b>0,0000</b> | <b>0,0000</b> |