

|  | Mainoties | pasūtījumam | Iespējamās | izmaiņas |
|--|-----------|-------------|------------|----------|
|--|-----------|-------------|------------|----------|

| TK Nr. | Pirmdiena                    | 25       | Svars             | Uzturvērtības porcijā<br>Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal. |      |       |     |
|--------|------------------------------|----------|-------------------|-------------------------------------------------------------|------|-------|-----|
| 1115   | Rosolņiks ar gaļu un krējumu | *A01,A07 | 210 gr. (+/- 10%) | 4.2                                                         | 8.0  | 16.1  | 154 |
| 1458   | Vārīti makaroni              | *A01     | 180 gr. (+/- 10%) | 8.1                                                         | 4.2  | 51.8  | 284 |
| 1953   | Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem | *A01,A07 | 150 gr. (+/- 10%) | 14.1                                                        | 17.4 | 10.7  | 261 |
| 1928   | Svaigu gurķu salāti ar ellu  |          | 80 gr. (+/- 10%)  | 0.5                                                         | 3.2  | 1.4   | 37  |
| 1845   | Rudzu maize, pilngraudu      | *A01     | 45 gr. (+/- 10%)  | 2.9                                                         | 0.5  | 19.8  | 95  |
| 1584   | Upenu dzēriens               |          | 200 gr. (+/- 10%) | 0.6                                                         | 0.1  | 7.0   | 35  |
| Kopā : |                              |          |                   | 30.4                                                        | 33.3 | 107.0 | 867 |

| TK Nr. | Otrdiena                                      | 24   | Svars             | Uzturvērtības porcijā<br>Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal. |      |      |     |
|--------|-----------------------------------------------|------|-------------------|-------------------------------------------------------------|------|------|-----|
| 2123   | Biešu, svaigu kāpostu zupa ar gaļu un krējumu | *A07 | 210 gr. (+/- 10%) | 4.5                                                         | 12.6 | 12.7 | 183 |
| 121    | Kartupeli ar malto gaļu                       |      | 300 gr. (+/- 10%) | 13.7                                                        | 16.2 | 39.8 | 367 |
| 1824   | Marinētu gurķu šķēlītes                       |      | 50 gr. (+/- 10%)  | 0.5                                                         | 0.1  | 1.9  | 12  |
| 2020   | Biezpiens ar krējumu                          | *A07 | 70 gr. (+/- 10%)  | 9.6                                                         | 4.3  | 1.5  | 85  |
| 1845   | Rudzu maize, pilngraudu                       | *A01 | 45 gr. (+/- 10%)  | 2.9                                                         | 0.5  | 19.8 | 95  |
| 1264   | Rabarberu dzēriens                            |      | 200 gr. (+/- 10%) | 0.1                                                         | 0.0  | 4.3  | 19  |
| 1385   | Auglis (ābols)                                |      | 100 gr. (+/- 10%) | 0.3                                                         | 0.6  | 11.3 | 54  |
| Kopā : |                                               |      |                   | 31.6                                                        | 34.2 | 91.3 | 815 |

| TK Nr. | Trešdiena                       | 24   | Svars             | Uzturvērtības porcijā<br>Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal. |      |       |     |
|--------|---------------------------------|------|-------------------|-------------------------------------------------------------|------|-------|-----|
| 2397   | Vistas - rīsu zupa ar dārzeņiem |      | 200 gr. (+/- 10%) | 9.2                                                         | 6.4  | 17.9  | 168 |
| 1954   | Vārīti griķi                    |      | 150 gr. (+/- 10%) | 5.5                                                         | 1.0  | 42.6  | 201 |
| 2112   | Sautēta malta gaļa ar dārzeņiem | *A07 | 120 gr. (+/- 10%) | 9.1                                                         | 21.2 | 4.4   | 247 |
| 1465   | Biešu salāti ar ellu            |      | 80 gr. (+/- 10%)  | 1.2                                                         | 2.1  | 6.6   | 50  |
| 1845   | Rudzu maize, pilngraudu         | *A01 | 45 gr. (+/- 10%)  | 2.9                                                         | 0.5  | 19.8  | 95  |
| 1455   | Ābolu sulas dzēriens            |      | 200 gr. (+/- 10%) | 0.1                                                         | 0.0  | 14.4  | 61  |
| Kopā : |                                 |      |                   | 28.0                                                        | 31.2 | 105.8 | 823 |

| TK Nr. | Ceturtdiena                                | 24       | Svars             | Uzturvērtības porcijā<br>Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal. |      |       |     |
|--------|--------------------------------------------|----------|-------------------|-------------------------------------------------------------|------|-------|-----|
| 2081   | Zivju zupa ar sieru un dārzeņiem           | *A04,A07 | 210 gr. (+/- 10%) | 7.2                                                         | 6.7  | 12.0  | 142 |
| 1986   | Cūkgaļas plov                              |          | 300 gr. (+/- 10%) | 15.2                                                        | 18.9 | 68.0  | 507 |
| 1233   | Balto redīsu salāti ar zaļumiem un krējumu | *A07     | 80 gr. (+/- 10%)  | 1.1                                                         | 3.1  | 1.8   | 40  |
| 1845   | Rudzu maize, pilngraudu                    | *A01     | 45 gr. (+/- 10%)  | 2.9                                                         | 0.5  | 19.8  | 95  |
| 54     | Kefirs 2%                                  | *A07     | 170 gr. (+/- 10%) | 5.8                                                         | 3.4  | 6.5   | 80  |
| Kopā : |                                            |          |                   | 32.2                                                        | 32.6 | 108.1 | 863 |

| TK Nr. | Piektdiena                           | 25       | Svars             | Uzturvērtības porcijā<br>Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal. |      |       |     |
|--------|--------------------------------------|----------|-------------------|-------------------------------------------------------------|------|-------|-----|
| 33     | Vārīti kartupeli                     |          | 250 gr. (+/- 10%) | 5.2                                                         | 0.3  | 38.2  | 181 |
| 1081   | Cūkgaļas veltnītis                   | *A01,A03 | 70 gr. (+/- 10%)  | 10.8                                                        | 17.9 | 7.9   | 239 |
| 1980   | Burkānu salāti ar āboliem un krējumu | *A07     | 80 gr. (+/- 10%)  | 0.9                                                         | 3.9  | 8.5   | 71  |
| 1845   | Rudzu maize, pilngraudu              | *A01     | 45 gr. (+/- 10%)  | 2.9                                                         | 0.5  | 19.8  | 95  |
| 2120   | Ūdens ar citronu                     |          | 200 gr. (+/- 10%) | 0.1                                                         | 0.1  | 0.3   | 4   |
| 1564   | Ogu uzpūtenis ar pienu               | *A01,A07 | 400 gr. (+/- 10%) | 8.9                                                         | 4.4  | 43.0  | 250 |
| Kopā : |                                      |          |                   | 28.8                                                        | 27.0 | 117.8 | 839 |

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

|       | Olbalt. | / Tauki | / Ogļhidr. | / Kcal.   |
|-------|---------|---------|------------|-----------|
| MK172 | 20 - 37 | 27 - 38 | 90 - 147   | 800 - 980 |
| Kartē | 151.1   | 158.3   | 529.9      | 4208      |

Sastādīja

Apstiprinu