

Ēdienkarte

1-4.klase E.Kauliņa vsk. pusdienas
(4.2.)

23.02.2026

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
<i>(Alerģēni)</i>							
Pusdienas		100%					
J.G.11.	*Malta cūkgaļa ar dārzeņiem mērcē <i>(Garšviela bez sāls (*A 09), Krējums salds 35%(*A 07), Milti kviešu NPKS(*A 01))</i>	1	80	8,00	12,66	6,94	174,32
J.P. 1	*Vārīti griķi	1	100	5,20	1,20	28,80	137,20
J.S.13.	*Burkānu salāti ar kukurūzu un eļļu	1	80	1,38	1,27	8,80	56,33
J.K.1.	*Auzu-kokosa lielcepums (A01; A03)	1	40	2,80	7,60	26,80	186,00
	*Piens skolas <i>(Piens 1.5% (*A 07))</i>	1	200/	6,00	3,00	9,60	90,00
				23,38	25,73	80,94	643,85
KOPĀ:		100%		23,38	25,73	80,94	643,85
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,5 grami		GAĻA, ZIVIS 37,5 grami					
PIEVIENOTAIS CUKURS 0 grami				DĀRZEŅI 129,1 grami		AR PIENA OLBALTUMIEM 0 grami	
AUGĻI un OGAS 0 grami		KARTUPEĻI 0 grami		PIENA PRODUKTI 206,3 grami			
<i>(Slīpā rakstā norādīti alergēni)</i>							

24.02.2026

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
(Alerģēni)							
Pusdienas		100%					
J.Z.2	*Biešu zupa ar gaļu/krējumu (Garšviela bez sāls (*A 09), Krējums skābs 20% (*A 07))	1	250/10	9,62	12,25	16,23	214,62
	*Rudzu maize (*A01) (Maize Rudzu (*A01))	1	40	2,28	0,36	19,08	94,40
J.SA.11.1.	*Auzu pārslas ar putukrējumu un ogu (Auzu pārslas (*A 01), Krējums salds 35%(*A 07), Sviests 82,5 NPKS(*A 07))	1	70/150	3,84	15,04	26,15	255,46
	*Banāns	1	150	2,25	0,15	31,50	136,35
				17,99	27,80	92,96	700,83
KOPĀ:		100%		17,99	27,80	92,96	700,83
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,7 grami		GAĻA, ZIVIS 40 grami		DĀRZEŅI 75,7 grami		AR PIENA OLBALTUMIEM 0 grami	
PIEVIENOTAIS CUKURS 7,1 grami				PIENA PRODUKTI 46,4 grami			
AUGĻI un OGAS 190 grami		KARTUPEĻI 47 grami					
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

25.02.2026

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
(Alerģēni)							
Pusdienas 100%							
J.P.14.	*Vistas šķiņķis cepts	1	100	16,72	13,70	0,03	190,21
	*Kartupeļu biezenis (Piens 2% (*A 07), Sviests 82% (*A 07))	1	160	3,61	3,70	21,96	138,64
	*Gurķi svaigi	1	40	0,32	0,04	1,04	5,64
	*Marinēti gurķi	1	40	0,20	0,00	1,20	5,60
11,11	*Īdens ar citronu	1	200/	0,09	0,01	0,30	1,65
K-2103	*Augļi ābols	1	100	0,40	0,80	9,80	48,00

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām

Papildus tiek nodrošināta LAD programma

produktu piegādē un piejāmību tirgū

"Skolas piens un auglis "2 x nedēļā

Garais pasūtīj. 1-4.klase

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

17.02.2026 19:14:50 Lapa Nr. 1

*Biezpiena sierīņš Kārums (Biezpiena sierīņš (*A07;08))		1	45	4,54	9,00	11,20	153,45
*Rudzu maize (*A01) (Maize Rudzu (*A01))		1	30	1,71	0,27	14,31	70,80
				27,59	27,52	59,84	613,99
KOPĀ: 100%				27,59	27,52	59,84	613,99
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,43 grami		GAĻA, ZIVIS 100 grami		DĀRZEŅI 80,25 grami		AR PIENA OLBALTUMIEM 45 grami	
PIEVIENOTAIS CUKURS 0 grami							
AUGĻI un OGAS 110 grami		KARTUPEĻI 139,7 grami		PIENA PRODUKTI 30,4 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

26.02.2026

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas 100%							
J.Z.14.	*Šķelto zirņu zupa ar gaļu/krējumu (Garšviela bez sāls (*A 09), Krējums skābs 20% (*A 07))	1	200/10	10,31	14,34	15,88	235,25
	*Sēklu maize (Maize-sēklu (*A 01))	1	36	4,10	3,46	15,48	112,68
	*Mannā biezputra ar ievārījumu (Piens 2,5%(*A 07), Mannā putraimi NPKS(*A 01), Sviests 82% (*A 07))	1	200/20	6,07	4,95	37,31	218,55
K-2105	*Augļi bumbieris	1	100	0,40	0,30	9,50	42,30
				20,88	23,05	78,17	608,78
KOPĀ: 100%				20,88	23,05	78,17	608,78
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,4 grami		GAĻA, ZIVIS 30 grami					
PIEVIENOTAIS CUKURS 2,5 grami				DĀRZEŅI 34,8 grami		AR PIENA OLBALTUMIEM 0 grami	
AUGĻI un OGAS 100 grami		KARTUPEĻI 40 grami		PIENA PRODUKTI 132 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							

27.02.2026

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums (Alergēni)	P.sk.	Gat.sv.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kcal
Pusdienas 100%							
	*Risoto ar vistas gaļu un dārzeņiem	1	300	15,78	8,63	34,68	286,57
	*Raibie salāti	1	80	0,86	0,86	3,54	25,22
	*Piens skolas (Piens 1.5% (*A 07))	1	200/	6,00	3,00	9,60	90,00
	*Prjāņiks (*A01, A07)	1	60	3,54	2,10	44,40	208,20
	*Graudu maize (Maize graudu NPKS(*A 01;11))	1	25	2,30	1,55	10,50	65,50
				28,48	16,14	102,72	675,49
KOPĀ: 100%				28,48	16,14	102,72	675,49
PIEVIENOTAIS SĀLS 0,5 grami		GAĻA, ZIVIS 50 grami		DĀRZEŅI 157,6 grami		AR PIENA OLBALTUMIEM 0 grami	
PIEVIENOTAIS CUKURS 0,8 grami							
AUGĻI un OGAS 0 grami		KARTUPEĻI 0 grami		PIENA PRODUKTI 200 grami			
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)							
VIDĒJI:				23,66	24,05	82,93	648,59
KOPĀ:				118,32	120,24	414,63	3242,94
PIEVIENOTAIS SĀLS 2,53 grami		GAĻA, ZIVIS 257,5 grami		DĀRZEŅI 477,45 grami		AR PIENA OLBALTUMIEM 45 grami	
PIEVIENOTAIS CUKURS 10,4 grami							
AUGĻI un OGAS 400 grami		KARTUPEĻI 226,7 grami		PIENA PRODUKTI 615,1 grami			

Ēdienkarte var tikt mainīta ar izmaiņām

Papildus tiek nodrošināta LAD programma

produktu piegādē un piejāmību tirgū

"Skolas piens un auglis "2 x nedēļā

Garais pasūtīj. 1-4.klase

ĒDINĀŠANAS UZSKAITES SISTĒMA "RAUSĪTIS"

17.02.2026 19:14:50 Lapa Nr. 2