

ĒDIENKARTE:11.10.2021-15.10.2021

Pirmdiena

Brokastis	Mannā biezputra ^{1,7} , siers ⁷ , tēja, sviestmaize ¹
Pusdienas	Griķi ar malto gaļu un dārzeņiem, sk. krējums ⁷ , rupjmaizes ¹ ķīselis ar pienu ⁷
Launags	Jogurts ar pārslām ^{1,7} , karameles
Vakariņas	Zivju zupa ⁴ , krējums ⁷ , maize ¹

Otrdiena

Brokastis	Četrgraudu biezputra ^{1,7} , ievārījums, sviestmaize ^{1,7} ar sieru, tēja
Pusdienas	Zirņu zupa, krējums ⁷ , maize ¹ , rīsu krēms ⁷ ar sulas mērci
Launags	Makaronu-dārzeņu salāti ^{1,3} , maize ¹ , tēja
Vakariņas	Rīsi, gulašs ^{1,7} , maize ¹ , tēja

Trešdiena

Brokastis	Siers, desa, sviestmaize ¹ , kakao ⁷
Pusdienas	Griķi, maltās gaļas mērce ^{1,7} , biešu salāti, augļu ķīselis ar putukrējumu ⁷
Launags	Plātsmaize ^{1,3,7} , piens ⁷
Vakariņas	Mājas soļanka ¹ , sk. krējums ⁷ , maize ¹

Ceturtdiena

Brokastis	Biezpiens ar krējumu ⁷ , sviestmaize ¹ , tēja
Pusdienas	Zemnieku zupa ¹ , krējums ⁷ , maize ¹ , uzpūtenis ar pienu ^{1,7}
Launags	Auzu pārslu biezputra ^{1,7} , tēja
Vakariņas	Plovs, sk. krējums ⁷ , tēja, maize ¹

Piektdiena

Brokastis	Ola ³ , siers ⁷ , sviestmaize ¹ , kafijas dzēriens ar pienu ⁷
Pusdienas	Makaroni ¹ ar malto gaļu, marinētie kabači, krējums ⁷ , sulas dzēriens, cepumi
Launags	
Vakariņas	

Sestdiena

Brokastis	
Pusdienas	
Launags	
Vakariņas	

Svētdiena

Brokastis	
Pusdienas	
Launags	
Vakariņas	

Galv.pavāre

A.Gutāne

Aleksandra Bieziņa
Raiskuma pamatskola
MEDICĪNAS MĀSA

Stavids

Gutāne