

Ēdienkarte nedēļai: 04.12.2023 - 10.12.2023

Ēdināšana - Aleksandra Bieziņa Raiskuma pamatskola

Pirmdienas 04.12.2023				Otrdienas 05.12.2023				Trešdienas 06.12.2023				Ceturtdienas 07.12.2023				Piektdienas 08.12.2023			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal

Grupa: 5-9 klase

Brokastis Četrgraudu biezputra [A01, A07] (350g/313,1 kcal) Ievārījums A (60g/110,8 kcal) Cepumi auzu [A01, A03, A07] (100g/kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)				Brokastis Žāvētā desa (50g/140,6 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (50g/149,3 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal) Svaigs tomāts (100g/16,0 kcal)				Brokastis Biezpiens(9%) ar krējumu A [A07] (200g/366,2 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (60g/179,1 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)				Brokastis Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (70g/208,9 kcal) Žāvētā desa (50g/140,6 kcal) Tēja melnā ar cukuru un citronu (200g/28,4 kcal) Biešu salāti ar majonēzi A [A03, A09, A10] (200g/191,1 kcal)				Brokastis Ola vārīta [A03] (50g/70,6 kcal) Siers Holandes [A07] (45g/153,0 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (60g/179,1 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)			
9,6	100,0	5,3	482,4	10,4	35,2	20,5	364,4	25,5	42,4	37,2	603,8	13,5	46,0	37,2	569,0	18,2	35,7	27,6	461,2
Pusdienas Biešu zupa ar skābiem kāpostiem A [A09] (450g/274,7 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Krējums 20% [A07] (65g/136,7 kcal) Kakao ķīselis ar pienu [A07] (401g/178,7 kcal)				Pusdienas Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Frikadeļu zupa A [A03, A09] (433g/244,8 kcal) Krējums 20% [A07] (25g/52,6 kcal) Sulas ķīselis A [A12] (183g/184,2 kcal) Biezpiena putas [A07] (105g/253,9 kcal)				Pusdienas Vārīti kartupeļi (877g/262,5 kcal) Krējuma mērce A [A01, A07, A09] (137g/87,8 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Uzpūtenis augļu-ogu [A01] (228g/184,4 kcal) Piens 2,5% [A07] (200g/106,6 kcal) Burkānu salāti ar ķiplokiem [A03, A09, A10] (150g/129,2 kcal) Sardele [A07] (100g/332,4 kcal)				Pusdienas Mājas zupa ar malto gaļu A [A09] (450g/330,9 kcal) Krējums 20% [A07] (60g/126,2 kcal) Maize rudzu [A01] (40g/84,5 kcal) Vafeļu krēms A [A01, A03, A07] (80g/251,9 kcal) Sulas ķīselis A [A12] (183g/184,2 kcal)				Pusdienas Makaroni ar malto gaļu A [A09] (437g/538,3 kcal) Krējums 20% [A07] (35g/73,6 kcal) Marinēts gurķis (50g/9,6 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Sulas dzēriens (190g/75,5 kcal) Cepumi [A01, A03, A07] (100g/397,2 kcal)			
17,4	71,8	32,9	653,5	31,2	89,2	36,0	798,9	31,8	142,5	51,0	1166,3	22,9	125,6	43,6	977,7	42,3	181,7	33,9	1199,8
Launags Rīsu-dārzenu salāti [A03, A09, A10] (275g/330,6 kcal) Saldskāba maize [A01] (50g/122,5 kcal) Kafijas dzēriens [A07] (195g/87,1 kcal)				Launags Kukurūzas biezputra [A07] (200g/202,5 kcal) Ievārījums A (60g/114,3 kcal) Konfektes (30g/65,2 kcal)				Launags Drumstalmaize pašceptā A [A01, A03, A07] (198g/464,5 kcal)				Launags Auzu pārslu biezputra [A01, A07] (237g/193,4 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal) Karameles (30g/kcal)				Launags			
15,0	85,6	15,9	540,2	8,8	75,2	4,8	382,0	8,4	88,5	9,1	464,5	8,3	72,6	6,2	381,5				
Vakariņas Dārzenu sautējums ar gaļu A [A09] (500g/378,4 kcal) Krējums 20% [A07] (30g/63,1 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)				Vakariņas Rīsi vārītie (70g/181,7 kcal) Krējums 20% [A07] (35g/73,6 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Gulaša mērce A [A01, A07, A09] (228g/281,6 kcal) Burkānu-kāpostu salāti A [A09] (122g/133,8 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)				Vakariņas Vistas zupa ar dārzeniem [A09] (450g/240,6 kcal) Krējums 20% [A07] (30g/63,1 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal)				Vakariņas Vārīti kartupeļi (877g/262,5 kcal) Maltās gaļas mērce A [A01, A07, A09] (200g/246,6 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)				Vakariņas			
23,8	71,2	24,9	605,6	24,9	99,0	37,9	834,8	21,2	27,6	19,1	367,1	22,9	100,7	18,9	673,2				

Pirmdiena 04.12.2023				Otrdiena 05.12.2023				Trešdiena 06.12.2023				Ceturtdiena 07.12.2023				Piektdiena 08.12.2023			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal

Grupa: 5-9 klase

Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā			
65,8	328,6	79,0	2281,7	75,3	298,6	99,2	2380,1	86,9	301,0	116,4	2601,7	67,6	344,9	105,9	2601,4	60,5	217,4	61,5	1661,0
Sāls(g): 5,7000 ; Cukurs: 68,5000				Sāls(g): 3,1000 ; Cukurs: 64,0000				Sāls(g): 7,1000 ; Cukurs: 65,0000				Sāls(g): 8,4000 ; Cukurs: 56,0000				Sāls(g): 1,7000 ; Cukurs: 25,0000			
(50-103) (225-413) (67-107) (2000-2750)				(50-103) (225-413) (67-107) (2000-2750)				(50-103) (225-413) (67-107) (2000-2750)				(50-103) (225-413) (67-107) (2000-2750)				(50-103) (225-413) (67-107) (2000-2750)			
Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-60)			
Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu			

Grupa: Darbinieku ēdināšana

Brokastis Četrgraudu biezputra [A01, A07] (400g/357,9 kcal) Ievārījums A (60g/110,8 kcal) Cepumi auzu [A01, A03, A07] (100g/kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Brokastis Žāvētā desa (60g/168,7 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (70g/209,0 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal) Svaigs tomāts (100g/16,0 kcal)	Brokastis Biezpiens(9%) ar krējumu A [A07] (141g/258,2 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (70g/208,9 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Brokastis Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (70g/208,9 kcal) Žāvētā desa (50g/140,6 kcal) Tēja melnā ar cukuru un citronu (200g/28,4 kcal) Biešu salāti ar majonēzi A [A03, A09, A10] (200g/191,1 kcal)	Brokastis Ola vārīta [A03] (50g/70,6 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (70g/208,9 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal) Siers Holandes [A07] (50g/170,0 kcal)
10,9 108,3 6,0 527,2	12,6 42,0 26,2 452,2	19,1 43,7 30,9 525,6	13,5 46,0 37,2 569,0	19,7 39,1 30,7 508,0
Pusdienas Biešu zupa ar skābiem kāpostiem A [A09] (500g/305,1 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Krējums 20% [A07] (70g/147,2 kcal) Kakao ķīselis ar pienu [A07] (401g/178,7 kcal)	Pusdienas Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Krējums 20% [A07] (25g/52,6 kcal) Frikadeļu zupa A [A03, A09] (500g/282,7 kcal) Biezpiena putas [A07] (105g/253,9 kcal) Sulas ķīselis A [A12] (183g/184,2 kcal)	Pusdienas Vārīti kartupeļi (877g/262,5 kcal) Krējuma mērce A [A01, A07, A09] (137g/87,8 kcal) Sardele [A07] (100g/332,4 kcal) Burkānu salāti ar ķiplokiem [A03, A09, A10] (126g/108,5 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Uzpūtenis augļu-ogu [A01] (228g/184,4 kcal) Piens 2,5% [A07] (200g/106,6 kcal)	Pusdienas Mājas zupa ar malto gaļu A [A09] (500g/367,6 kcal) Krējums 20% [A07] (60g/126,2 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Vafeļu krēms A [A01, A03, A07] (80g/251,9 kcal) Sulas ķīselis A [A12] (183g/184,2 kcal)	Pusdienas Makaroni ar malto gaļu A [A09] (437g/538,3 kcal) Krējums 20% [A07] (40g/84,2 kcal) Marinēts gurķis (50g/9,6 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Sulas dzēriens (190g/75,5 kcal) Cepumi [A01, A03, A07] (100g/397,2 kcal)
18,6 75,0 35,5 694,4	33,5 92,5 37,6 836,8	31,6 141,0 49,5 1145,6	25,0 133,7 45,5 1035,5	42,5 182,0 34,9 1210,4
Launags Rīsu-dārzenu salāti [A03, A09, A10] (300g/360,6 kcal) Saldskāba maize [A01] (50g/122,5 kcal) Kafijas dzēriens [A07] (195g/87,1 kcal)	Launags Kukurūzas biezputra [A07] (200g/202,5 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal) Konfektes (30g/65,2 kcal)	Launags Drumstalmaize pašceptā A [A01, A03, A07] (200g/469,2 kcal)	Launags Auzu pārslu biezputra [A01, A07] (300g/244,8 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal) Karameles (30g/kcal)	Launags
15,7 89,5 17,0 570,2	9,0 93,2 5,0 455,8	8,5 89,4 9,2 469,2	10,4 80,1 7,7 432,9	
Vakariņas Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal) Dārzenu sautējums ar gaļu A [A09] (500g/378,4 kcal) Krējums 20% [A07] (35g/73,6 kcal)	Vakariņas Rīsi vārīti (100g/259,5 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Gulaša mērce A [A01, A07, A09] (228g/281,6 kcal) Burkānu-kāpostu salāti A [A09] (122g/133,8 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Vakariņas Vistas zupa ar dārzeniem [A09] (500g/267,3 kcal) Krējums 20% [A07] (35g/73,6 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal)	Vakariņas Vārīti kartupeļi (877g/262,5 kcal) Maltās gaļas mērce A [A01, A07, A09] (200g/246,6 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Vakariņas

Pirmdiena 04.12.2023				Otrdiena 05.12.2023				Trešdiena 06.12.2023				Ceturtdiena 07.12.2023				Piektdiena 08.12.2023			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal

Grupa: Darbinieku ēdināšana

22,8	62,6	25,6	573,9	24,8	105,5	30,8	796,8	23,3	29,4	21,5	404,3	22,9	100,7	18,9	673,2				
Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā			
68,0	335,4	84,1	2365,7	79,9	333,2	99,6	2541,6	82,5	303,5	111,1	2544,7	71,8	360,5	109,3	2710,6	62,2	221,1	65,6	1718,4
Sāls(g): 6,2000 ; Cukurs: 71,0000				Sāls(g): 3,3000 ; Cukurs: 64,0000				Sāls(g): 6,7000 ; Cukurs: 65,3000				Sāls(g): 9,2000 ; Cukurs: 57,6000				Sāls(g): 1,8000 ; Cukurs: 25,0000			
(75-125) (255-419) (110-130) (2270-2790)				(75-125) (255-419) (110-130) (2270-2790)				(75-125) (255-419) (110-130) (2270-2790)				(75-125) (255-419) (110-130) (2270-2790)				(75-125) (255-419) (110-130) (2270-2790)			
Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (40-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (40-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (40-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (40-60)				Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (40-60)			
13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Grupa: Skolas auglis

Brokastis	Brokastis	Brokastis
Pusdienas	Pusdienas	Pusdienas
Launags Skolas ābols (100g/48,0 kcal)	Launags Skolas ābols (100g/48,0 kcal)	Launags Skolas ābols (100g/48,0 kcal)
0,4 9,8 0,8 48,0	0,4 9,8 0,8 48,0	0,4 9,8 0,8 48,0
Vakariņas	Vakariņas	Vakariņas
Uzturvērtības kopā 0,4 9,8 0,8 48,0 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) Nav atbilstošu MK noteikumu	Uzturvērtības kopā 0,4 9,8 0,8 48,0 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) Nav atbilstošu MK noteikumu	Uzturvērtības kopā 0,4 9,8 0,8 48,0 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) Nav atbilstošu MK noteikumu

Grupa: 1-4 klase

Brokastis Četrgraudu biežputra [A01, A07] (300g/268,4 kcal) Ievārījums A (60g/110,8 kcal) Cepumi auzu [A01, A03, A07] (80g/ kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Brokastis Žāvētā desa (50g/140,6 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (50g/149,3 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal) Svaigs tomāts (100g/16,0 kcal)	Brokastis Biezpiens(9%) ar krējumu A [A07] (150g/274,7 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (50g/149,3 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Brokastis Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (60g/179,1 kcal) Žāvētā desa (50g/140,6 kcal) Tēja melnā ar cukuru un citronu (200g/28,4 kcal) Biešu salāti ar majonēzi A [A03, A09, A10] (150g/143,3 kcal)	Brokastis Ola vārīta [A03] (50g/70,6 kcal) Siers Holandes [A07] (40g/136,0 kcal) Kviešu maize ar sviestu [A01, A07] (50g/149,3 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)
8,3 91,8 4,5 437,7	10,4 35,2 20,5 364,4	19,3 37,3 28,8 482,5	12,3 38,9 32,1 491,4	16,7 32,3 24,5 414,4

Pirmdiena 04.12.2023				Otrdiena 05.12.2023				Trešdiena 06.12.2023				Ceturtdiena 07.12.2023				Piektdiena 08.12.2023			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal

Grupa: 1-4 klase

Pusdienas Biešu zupa ar skābiem kāpostiem A [A09] (400g/244,1 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Krējums 20% [A07] (60g/126,2 kcal) Kakao ķīselis ar pienu [A07] (401g/178,7 kcal)	Pusdienas Frikadeļu zupa A [A03, A09] (433g/244,8 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Krējums 20% [A07] (25g/52,6 kcal) Sulas ķīselis A [A12] (183g/184,2 kcal) Biezpiena putas [A07] (105g/253,9 kcal)	Pusdienas Vārīti kartupeļi (877g/262,5 kcal) Krējuma mērce A [A01, A07, A09] (137g/87,8 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Burkānu salāti ar ķiplokiem [A03, A09, A10] (126g/108,5 kcal) Piens 2,5% [A07] (200g/106,6 kcal) Uzpūtenis augļu-ogu [A01] (228g/184,4 kcal) Sardele [A07] (100g/332,4 kcal)	Pusdienas Mājas zupa ar malto gaļu A [A09] (400g/294,1 kcal) Krējums 20% [A07] (50g/105,2 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Vafeļu krēms A [A01, A03, A07] (80g/251,9 kcal) Sulas ķīselis A [A12] (183g/184,2 kcal)	Pusdienas Makaroni ar malto gaļu A [A09] (437g/538,3 kcal) Krējums 20% [A07] (35g/73,6 kcal) Marinēts gurķis (50g/9,6 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Sulas dzēriens (190g/75,5 kcal) Cepumi [A01, A03, A07] (100g/397,2 kcal)
17,5 77,2 30,5 654,6	32,3 98,0 36,3 841,1	31,6 141,0 49,5 1145,6	20,5 117,3 39,8 898,8	41,2 172,9 33,6 1157,6
Launags Rīsu-dārzenu salāti [A03, A09, A10] (250g/300,5 kcal) Saldskāba maize [A01] (50g/122,5 kcal) Kafijas dzēriens [A07] (195g/87,1 kcal)	Launags Kukurūzas biezputra [A07] (200g/202,5 kcal) Ievārījums A (60g/114,3 kcal) Konfektes (30g/65,2 kcal)	Launags Drumstalmaize pašceptā A [A01, A03, A07] (198g/464,5 kcal)	Launags Auzu pārslu biezputra [A01, A07] (237g/193,4 kcal) Ievārījums A (100g/188,1 kcal) Karameles (30g/ kcal)	Launags
14,1 81,4 14,6 510,1	8,8 75,2 4,8 382,0	8,4 88,5 9,1 464,5	8,3 72,6 6,2 381,5	
Vakariņas Dārzenu sautējums ar gaļu A [A09] (400g/302,7 kcal) Krējums 20% [A07] (30g/63,1 kcal) Maize rudzu [A01] (50g/105,6 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Vakariņas Vārīti rīsi (65g/67,8 kcal) Gulaša mērce A [A01, A07, A09] (200g/247,0 kcal) Maize rudzu [A01] (40g/84,5 kcal) Burkānu-kāpostu salāti A [A09] (122g/133,8 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Vakariņas Vistas zupa ar dārzeņiem [A09] (400g/214,1 kcal) Krējums 20% [A07] (30g/63,1 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal)	Vakariņas Vārīti kartupeļi (877g/262,5 kcal) Maltās gaļas mērce A [A01, A07, A09] (150g/185,1 kcal) Maize rudzu [A01] (30g/63,4 kcal) Tēja augļu (191g/58,5 kcal)	Vakariņas
19,8 64,7 21,3 529,9	18,5 67,2 27,9 591,6	19,1 26,2 17,8 340,6	18,7 90,0 14,1 569,5	
Uzturvērtības kopā 59,7 315,1 70,9 2132,3 Sāls(g): 5,0000 ; Cukurs: 66,0000 (35-80) (156-321) (46-83) (1720-1820) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-50) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172	Uzturvērtības kopā 70,0 275,6 89,5 2179,1 Sāls(g): 3,3000 ; Cukurs: 64,0000 (35-80) (156-321) (46-83) (1720-1820) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-50) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172	Uzturvērtības kopā 78,4 293,0 105,2 2433,2 Sāls(g): 6,6000 ; Cukurs: 65,0000 (35-80) (156-321) (46-83) (1720-1820) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-50) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172	Uzturvērtības kopā 59,8 318,8 92,2 2341,2 Sāls(g): 7,6000 ; Cukurs: 56,0000 (35-80) (156-321) (46-83) (1720-1820) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-50) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172	Uzturvērtības kopā 57,9 205,2 58,1 1572,0 Sāls(g): 1,6000 ; Cukurs: 25,0000 (35-80) (156-321) (46-83) (1720-1820) Sāls(g): (5-10) ; Cukurs(g): (30-50) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172

Grupa: Skolas piens

Pusdienas	Pusdienas	Pusdienas
Launags Skolas piens [A07] (250g/133,3 kcal)	Launags Skolas piens [A07] (250g/133,3 kcal)	Launags Skolas piens [A07] (250g/133,3 kcal)
7,3 12,0 6,3 133,3	7,3 12,0 6,3 133,3	7,3 12,0 6,3 133,3
Uzturvērtības kopā 7,3 12,0 6,3 133,3 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000	Uzturvērtības kopā 7,3 12,0 6,3 133,3 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000	Uzturvērtības kopā 7,3 12,0 6,3 133,3 Sāls(g): 0,0000 ; Cukurs: 0,0000

Pirmdiena 04.12.2023				Otrdiena 05.12.2023				Trešdiena 06.12.2023				Ceturtdiena 07.12.2023				Piektdiena 08.12.2023			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal

Grupa: Skolas piens

(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)
Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)							
Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu							

Sagatavoja: Galvenā pavāre A.Gutāne
 Paraksts: _____