

SIA "Lazdiņas Privātā Vidusskola "Punktiņš""

Reģ.Nr. 51702002891 Adrese: Jāņa Asara iela 12, Jelgava, LV-3001

ĒDIENKARTE

1.nedēļa.

Apstiprinu: _____ Linda Ozola

PIRMDIENA	1-2 gadi	3-6 gadi	CETURTDIENA	1-2gadi	3-6gadi
Brokastis *Rīsu putra ar ievārījumu. (7) *Graudu maize ar sviestu. (1,7) *Tēja ar cukuru un citronu. *Auglis Pusdienas *Škelto zirņu zupa. *Cūkgaļas gulašs ar vārītiem griķiem. *Burkānu salāti ar sēkliņām. *Sulas dzēriens. *Rudzu maize. (1) Launags *Mannā ar ķirbi (7) *Maize ar ievārījumu (1) * Piens (7) *Auglis	130/10 10/3 150/5/3 150 50/40/70 50 150 150/10 10/3 150 50	150/15 10/3 150/5/3 50 200 50/50/100 100 200 20 200/15 20/5 200 50	Brokastis *Auzu putra ar sviestu. (7) *Graudu maize ar sieru. (1,7) *Piens (7) *Dārzeņis Pusdienas *Skābu kāpostu zupa ar krējumu *Vistas gaļa šampinjonu mērcē (7) *Vārīti rīsi. *Rudzu maize (1) *Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu. *Sulas dzēriens. Launags *Dārzenu krēmzupa. *Rudzu maize ar sviestu. (1,7) *Auglis	120/3 15/10 100 50 150/3 80 80 50 100 150 15/3 70	150/3 20/15 200 100 200/5 100 100 15 50 200 200 20/5 100
OTRDIENA Brokastis *Šokolādes mannā putra. (7) *Graudu maizīte ar sviestu. (1,7) *Tēja ar cukuru. *Auglis Pusdienas *Laša kotlete. (4) *Kartupeļu biezenis. *Rudzu maize (1) *Skābu kāpostu salāti ar olīveļļu. *Ābolu krēms ar ogu mērci. (7) *Auglis. Launags *Piena zupa ar rīsiem. (7) *Baltmaize ar sviestu. (1,7)	100 10/3 150 70 50 100 50 50/75 150 15/3	150 20/3 200 100 60 150 15 50 50/75 200 20/3	PIEKTDIENA Brokastis *Četru graudu putra ar ievārījumu. (7) *Graudu maize ar zaļumu sviestu. (1,7) *Tēja ar cukuru. Pusdienas *Biešu zupa ar krējumu. (7) *Kurzemes strogonovs. *Vārīti kartupeļi. *Rudzu maize (1) *Balto redīsu salāti. *Sulas dzēriens. Launags *Bulciņa.(1,7) *Piens. (7) *Auglis.	120/10 15/3 150 150/3 90 70 50 100 50 100 70	150/10 20/5 150 200/5 90 100 15 50 200 50 200 100
TREŠDIENA Brokastis *Prosas putra ar sviestu. (7) *Graudu maize ar sviestu un gurķi.(1,7) *Tēja ar cukuru un ingveru. Pusdienas *Soļanka. *Makaroni ar sieru. (1,7) *Biešu salāti . *Rudzu maize (1) *Citronu dzēriens. Launags *Karstmaize ar biežpienu.(1,7) *Piens. (7) *Dārzeņis	130/3 20/3/15 150 170 80/15 50 200 40 100 50	150/5 25/3/15 150 200 100/20 50 15 200 45 200 100	<p>1 Labība, kas satur lipekli, 2. vēžveidīgie un to produkti; 3. olas un to produkti; 4. zivis un to produkti; 5. zemesrieksti un to produkti; 6. sojas pupas un to produkti; 7. piens un tā produkti (ietverot laktozi); 8. rieksti un to produkti; 9. selerijas un to produkti; 10. sinepes un to produkti; 11. sezama sēklas un to produkti; 12. sēra dioksīds un sulfīti, ja to koncentrācija pārsniedz 10 mg/kg vai 10 mg/l, 13. lupīna un tās produkti; 14. gliemji un to produkti</p> <p>Pirmdien, trešdien, piektdien – skolas piens.</p> <p>Nepieciešamības gadījumā (pārtikas piegādes aizkavēšanās vai citu nepļānotu iemeslu dēļ) ēdienkarte var tikt mainīta!</p>		