



SIA "Jaunais averss"

Ēdienkarte "1. nedēļa":

26.05.2025 - 30.05.2025

Baložu vidusskola

Saskaņots: 22.05.2025

Apstiprinu: _____

		Olb.v.	Tauki	Oglhidr	Kcal
1. nedēļa		1. - 4. klase			
1169/2011:		Pirmdiena, 26.05.2025			
	Dārzeņu zupa ar gaļu 200g	4,28	8,55	14,83	153,41
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1	Makaroni jūrnieku gaumē 250g	14,52	10,74	58,35	388,12
	Marinēts gurķis 30g	0,24	0,03	0,72	4,11
	Ūdens ar citronu 200g	0,14	0,02	0,74	3,62
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		21,52	23,40	88,23	649,59
1169/2011:		Otrdiena, 27.05.2025			
	Biešu zupa 200g	2,13	4,36	16,67	114,45
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A3A7	Cūkgaļas veltnītis 70g	11,08	2,71	2,50	78,66
	Vārīti kartupeļi 150g	3,06	0,61	27,69	128,52
A1A7	Piena mērce 50g	1,16	1,67	4,00	35,66
	Burkānu-sēkliņu salāti ar citronu mērci 100g	3,67	11,44	8,88	153,11
	Ogu dzēriens 200g	0,12	0,06	6,67	27,70
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		23,57	24,90	80,00	638,44
1169/2011:		Trešdiena, 28.05.2025			
	Plovs ar cūkgaļu 200g	18,90	17,81	44,90	415,47
	Vitamīnu salāti 100g	1,31	5,09	8,40	84,69
A1	Dzērveņu uzpūtenis 50g	0,75	0,07	9,46	41,47
A7	Piens 100g	3,00	2,50	4,70	53,30
	Citrusu ūdens 200g	0,14	0,02	0,74	3,62
		24,10	25,48	68,20	598,54
1169/2011:		Ceturtdiena, 29.05.2025			
A4	Zivju zupa ar dārzeņiem 200g	8,09	5,27	12,60	130,22
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A7	Maltā gaļa ar mērci 75g	7,69	6,64	4,05	106,70
A1	Vārīti makaroni 150g	4,35	4,51	30,20	178,79
A1A7	Tomātu mērce 50g	0,75	4,02	2,39	48,75
A3A6A7	Kāpostu un burkānu salāti ar citronu 100g	1,61	5,10	9,11	88,72
	Augļu kompots 200g	0,42	0,12	14,94	62,52
A1	Rudzu maize 30g	2,07	1,56	13,29	75,48
		25,25	29,72	86,89	716,05

Klases	Olb.v.	Tauki	Ogljh.	Kcal	Ēdienreize
1.-4. klase	12-28	16-29	55-113	490-750	pusdienas
5.-9. klase	18-36	22-37	79-144	700-960	pusdienas
10.-12.klase	20-37	27-38	90-147	800-980	pusdienas

NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ, NEPAREDZĒTU APSTĀKĻU VAI PRODUKTU PIEGĀDES AIZKAVĒŠANĀS DĒĻ, ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA. Rakstā norādīti ALERGĒNI *A 01- kvieši, rudzi, mieži, auzas ; *A 03- Olas un to produkti *A 09- Selerijas un to produkti; *A 04- Zivis un to produkti; *A 07- Piens un tā produkti



SIA "Jaunais averss"

Ēdienkarte "1. nedēļa":

26.05.2025 - 30.05.2025

Baložu vidusskola

Saskaņots: 22.05.2025

Apstiprinu: _____

		Olb.v.	Tauki	Oglhidr	Kcal
1. nedēļa		5. - 9. klase			
1169/2011:		Pirmdiena, 26.05.2025			
	Dārzeņu zupa ar gaļu 250g	5,35	10,69	18,54	191,76
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1	Makaroni jūrnieku gaumē 250g	14,52	10,74	58,35	388,12
	Marinēts gurķis 30g	0,24	0,03	0,72	4,11
	Ūdens ar citronu 200g	0,14	0,02	0,74	3,62
A1	Rudzu maize 60g	4,14	3,12	26,58	150,96
		24,66	27,10	105,23	763,42
1169/2011:		Otrdiena, 27.05.2025			
	Biešu zupa 250g	2,67	5,45	20,84	143,06
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A3A7	Cūkgaļas veltnītis 70g	11,08	2,71	2,50	78,66
	Vārīti kartupeļi 200g	4,08	0,82	36,92	171,36
A1A7	Piena mērce 50g	1,16	1,67	4,00	35,66
	Burkānu-sēkliņu salāti ar citronu mērci 100g	3,67	11,44	8,88	153,11
	Ogu dzēriens 200g	0,12	0,06	6,67	27,70
A1	Rudzu maize 60g	4,14	3,12	26,58	150,96
		27,20	27,76	106,69	785,37
1169/2011:		Trešdiena, 28.05.2025			
	Plovs ar cūkgaļu 250g	23,63	22,26	56,12	519,34
	Vitamīnu salāti 100g	1,31	5,09	8,40	84,69
A1	Dzērveņu uzpūtenis 50g	0,75	0,07	9,46	41,47
A7	Piens 100g	3,00	2,50	4,70	53,30
	Citrusu ūdens 200g	0,14	0,02	0,74	3,62
		28,82	29,94	79,42	702,41
1169/2011:		Ceturtdiena, 29.05.2025			
A4	Zivju zupa ar dārzeņiem 250g	10,11	6,59	15,76	162,78
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A7	Maltā gaļa ar mērci 75g	7,69	6,64	4,05	106,70
A1	Vārīti makaroni 200g	5,80	6,02	40,26	238,39
A1A7	Tomātu mērce 50g	0,75	4,02	2,39	48,75
A3A6A7	Kāpostu un burkānu salāti ar citronu 100g	1,61	5,10	9,11	88,72
	Augļu kompots 200g	0,42	0,12	14,94	62,52
A1	Rudzu maize 60g	4,14	3,12	26,58	150,96
		30,79	34,10	113,39	883,68

Klases	Olb.v.	Tauki	Ogljh.	Kcal	Ēdienreize
1.-4. klase	12-28	16-29	55-113	490-750	pusdienas
5.-9. klase	18-36	22-37	79-144	700-960	pusdienas
10.-12.klase	20-37	27-38	90-147	800-980	pusdienas

NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ, NEPAREDZĒTU APSTĀKĻU VAI PRODUKTU PIEGĀDES AIZKAVĒŠANĀS DĒĻ, ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA. Rakstā norādīti ALERGĒNI *A 01- kvieši, rudzi, mieži, auzas ; *A 03- Olas un to produkti *A 09- Selerijas un to produkti; *A 04- Zivis un to produkti; *A 07- Piens un tā produkti



SIA "Jaunais averss"

Ēdienkarte "1. nedēļa":

26.05.2025 - 30.05.2025

Baložu vidusskola

Saskaņots: 22.05.2025

Apstiprinu: _____

		Olb.v.	Tauki	Ogļhidr	Kcal
1. nedēļa		10. - 12. klase			
1169/2011:		Pirmdiena, 26.05.2025			
	Dārzeņu zupa ar gaļu 250g	5,35	10,69	18,54	191,76
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1	Makaroni jūrnieku gaumē 300g	17,42	12,89	70,02	465,74
	Marinēts gurķis 30g	0,24	0,03	0,72	4,11
	Ūdens ar citronu 200g	0,14	0,02	0,74	3,62
A1	Rudzu maize 60g	4,14	3,12	26,58	150,96
		27,56	29,24	116,90	841,05
1169/2011:		Otrdiena, 27.05.2025			
	Biešu zupa 250g	2,67	5,45	20,84	143,06
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A3A7	Cūkgaļas veltnītis 70g	11,08	2,71	2,50	78,66
	Vārīti kartupeļi 250g	5,10	1,02	46,16	214,20
A1A7	Piena mērce 50g	1,16	1,67	4,00	35,66
	Burkānu-sēkliņu salāti ar citronu mērci 100g	3,67	11,44	8,88	153,11
	Ogu dzēriens 200g	0,12	0,06	6,67	27,70
A1	Rudzu maize 60g	4,14	3,12	26,58	150,96
		28,22	27,96	115,92	828,21
1169/2011:		Trešdiena, 28.05.2025			
	Plovs ar cūkgaļu 300g	28,36	26,71	67,35	623,21
	Vitamīnu salāti 100g	1,31	5,09	8,40	84,69
A1	Dzērveņu uzpūtenis 100g	1,49	0,14	18,93	82,94
A7	Piens 150g	4,50	3,75	7,05	79,95
	Citrusu ūdens 200g	0,14	0,02	0,74	3,62
		35,80	35,71	102,46	874,40
1169/2011:		Ceturtdiena, 29.05.2025			
A4	Zivju zupa ar dārzeņiem 250g	10,11	6,59	15,76	162,78
A7	Krējums 10g	0,28	2,50	0,31	24,86
A1A7	Maltā gaļa ar mērci 100g	10,25	8,85	5,39	142,27
A1	Vārīti makaroni 250g	7,25	7,52	50,33	297,98
A1A7	Tomātu mērce 50g	0,75	4,02	2,39	48,75
A3A6A7	Kāpostu un burkānu salāti ar citronu 100g	1,61	5,10	9,11	88,72
	Augļu kompots 200g	0,42	0,12	14,94	62,52
A1	Rudzu maize 60g	4,14	3,12	26,58	150,96
		34,81	37,82	124,81	978,84

Klases	Olb.v.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Ēdienreize
1.-4. klase	12-28	16-29	55-113	490-750	pusdienas
5.-9. klase	18-36	22-37	79-144	700-960	pusdienas
10.-12.klase	20-37	27-38	90-147	800-980	pusdienas

NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ, NEPAREDZĒTU APSTĀKĻU VAI PRODUKTU PIEGĀDES AIZKAVĒŠANĀS DĒĻ, ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA. Rakstā norādīti ALERGĒNI *A 01- kvieši, rudzi, mieži, auzas ; *A 03- Olas un to produkti *A 09- Selerijas un to produkti; *A 04- Zivis un to produkti; *A 07- Piens un tā produkti



SIA "Jaunais averss"

Ēdienkarte "1. nedēļa":

26.05.2025 - 30.05.2025

Baložu vidusskola

Saskaņots: 22.05.2025

Apstiprinu: _____

		Ol.b.v.	Tauki	Ogļhidr	Kcal
	1. nedēļa	1. - 4. klašu launags			
1169/2011:	Pirmdiena, 26.05.2025				
	Saldais biezpiens ar marmelādi 60g	6,06	13,50	14,94	205,50
A1	Kviešu maize 25g	2,05	0,75	13,30	68,15
A7	Sviests 5g	0,03	4,13	0,04	37,39
	Upeņu dzēriens 150g	0,24	0,06	18,39	75,06
		8,38	18,44	46,67	386,10
1169/2011:	Otrdiena, 27.05.2025				
	Cīsiņi, vārīti 60g	7,20	7,03	0,44	93,81
A1	Kliju maize 20g	2,30	0,44	11,74	60,12
A7	Sviests 5g	0,03	4,13	0,04	37,39
	Gurķi, svaigi 15g	0,12	0,02	0,57	2,90
	Augļu tēja 200g	0,05	0,00	7,89	31,75
		9,70	11,61	20,68	225,96
1169/2011:	Trešdiena, 28.05.2025				
A1	Mafins 50g	3,00	10,00	17,50	172,00
A7	Piens 150g	4,50	3,75	7,05	79,95
	Auglis 80g	0,32	0,24	8,72	38,32
		7,82	13,99	33,27	290,27
1169/2011:	Ceturtdiena, 29.05.2025				
A1	Brokastu pārslas 30g	1,92	0,93	25,20	116,85
A7	Piens 150g	4,50	3,75	7,05	79,95
A1	Sviesta cepumi 20g	1,53	3,83	12,50	90,63
	Auglis 80g	0,32	0,24	8,72	38,32
		8,27	8,75	53,47	325,75

Klases	Ol.b.v.	Tauki	Ogļh.	Kcal	Ēdienreize
1.-4. klase	12-28	16-29	55-113	490-750	pusdienas
5.-9. klase	18-36	22-37	79-144	700-960	pusdienas
10.-12.klase	20-37	27-38	90-147	800-980	pusdienas

NEPIECIEŠAMĪBAS GADĪJUMĀ, NEPAREDZĒTU APSTĀKĻU VAI PRODUKTU PIEGĀDES AIZKĀVĒŠANĀS DĒĻ, ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA. Rakstā norādīti ALERGĒNI *A 01- kvieši, rudzi, mieži, auzas ; *A 03- Olas un to produkti *A 09- Selerijas un to produkti; *A 04- Zivis un to produkti; *A 07- Piens un tā produkti