

| Datums | Ēdienreize | Ēdiena nosaukums | Alerģeni | Daudzums | Olbv., g | Tauki, g | Ogļh., g | Kcal. |
|--------------|------------|------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Pirmdiena | Pusdienas | Dārzeņu zupa ar kausēto sieru | A07 | 200 | 3,8 | 6,8 | 11,8 | 124 |
| | | Cūkgaļas plov | | 220 | 16 | 20,1 | 52 | 453 |
| | | Vitamīnu salāti | | 100 | 1,3 | 4,2 | 4 | 59 |
| | | Rudzu maize | A01 | 40 | 2,8 | 0,4 | 16,6 | 82 |
| | | <i>Kopā:</i> | | | | 23,9 | 31,5 | 84,4 |
| Otrdiena | Pusdienas | Veģetārā zirņu zupa | | 200 | 6,7 | 7 | 21,8 | 170 |
| | | Malta cūkgaļas mērce ar dārzeņiem | A01,A07,A09 | 100 | 12,5 | 19,1 | 3,6 | 236 |
| | | Vārīts bulgurs | A01 | 150 | 6 | 0,6 | 38 | 181 |
| | | Ķīnas kāpostu un burkānu salāti | | 100 | 1 | 3,2 | 3,3 | 46 |
| | | Rudzu maize | A01 | 40 | 2,8 | 0,4 | 16,6 | 82 |
| <i>Kopā:</i> | | | | 29 | 30,3 | 83,3 | 716 | |
| Trešdiena | Pusdienas | Maltā cūkgaļas šņicele | A01,A03,A07 | 70 | 11,3 | 16,4 | 5,6 | 215 |
| | | Piena mērce | A01,A07 | 50 | 1,9 | 4,8 | 5,7 | 74 |
| | | Vārīti kartupeļi | | 200 | 4,1 | 0 | 30,6 | 139 |
| | | Biešu un svaigu kāpostu salāti | | 80 | 1 | 2,5 | 5,3 | 48 |
| | | Kefira-ogu smūtijs | A07 | 240 | 6,8 | 0,3 | 23,1 | 122 |
| | | Rudzu maize | A01 | 60 | 4,2 | 0,6 | 24,9 | 123 |
| <i>Kopā:</i> | | | | 29,3 | 24,6 | 95,2 | 721 | |
| Ceturtdiena | Pusdienas | Veģetārā biešu zupa ar krējumu | A07 | 200/5 | 1,7 | 6,1 | 14,6 | 120 |
| | | Vistas filejas karbonāde | A01,A03 | 80 | 14,8 | 15,7 | 6,6 | 227 |
| | | Piena mērce | A01,A07 | 50 | 1,9 | 4,8 | 5,7 | 74 |
| | | Tvaicēti rīsi | | 140 | 4,4 | 0,6 | 42,2 | 192 |
| | | Rīvētu burkānu salāti | | 100 | 1 | 4,2 | 4,6 | 60 |
| | | Rudzu maize | A01 | 40 | 2,8 | 0,4 | 16,6 | 81 |
| <i>Kopā:</i> | | | | 26,6 | 31,8 | 90,3 | 754 | |
| Piektdiena | Pusdienas | Dārzeņu sautējums ar zaļajiem zirnīšiem un krējumu 2 | A07 | 250/20 | 5,8 | 13 | 26 | 244 |
| | | Tomātu šķēlītes | | 60 | 0,6 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| | | Jogurta krēms ar ogu mērci | A07 | 70/130 | 2 | 4 | 32,7 | 175 |
| | | Piens* | A07 | 200 | 5,6 | 5 | 9,4 | 105 |
| | | Rudzu maize | | 60 | 4,2 | 0,6 | 24,9 | 122 |
| | | Auglis* | | 100 | 0,3 | 0,6 | 13,4 | 60 |
| <i>Kopā:</i> | | | | 18,5 | 23,3 | 108 | 716 | |

Dzeramais ūdens-visās ēdienreizēs

LAD programma "Piens un Augļi skolai"-piens 2x, augļi 3x nedēļā

*** Var tikt nodrošināti ar LAD programmas "Piens un augļi skolai" produktiem**

Ēdienkarte sastādīta ņemot vērā MK noteikumu Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem (no 13.03.2012)” grozījumiem (21.08.2018.)

| Izglītojamie | Enerģētiskā vērtība (kcal) | Olbaltumvielas (g) | Tauki (g) | Ogļhidrāti (g) |
|--------------|----------------------------|--------------------|-----------|----------------|
| 5.-9.klase | 700-960 | 18-26 | 23-37 | 79-144 |