



ĒDIENKARTE

PAMATA



BROKASTIS

PUSDIENAS

VAKARIŅAS

30.06.2023

Kukurūzas biezputra,
biezpiens ar zaļumiem, gurķis, auglis
* 700

Vistas giross ar kartupeļiem,
sēņu mērci, kāpostu-burkānu salāti
* 640

Plovs ar vistas gaļu un dārzeņiem,
mazsālīts gurķis, smalkmaizīte/plātsmaize
* 940

01.07.2023

Miežu putrainu biezputra,
siers, tomāts, auglis
* 720

Cūkgaļas cepetis ar sinepēm, rīsi,
burkānu mērce, gurķu salāti
* 860

Veģetārā soļanka ar pupiņām,
biezpiena deserts ar ogu mērci
* 725

02.07.2023

Trīsgraudu pārslu biezputra,
vārīta ola, gurķis, jogurts, auglis
* 730

Makaroni ar Boloņas mērci,
ķīnas kāpostu salāti
* 670

Vistas stilbiņš ar dārzeņu ragū,
biezpiena sierīņš, auglis
* 810

03.07.2023

Musli ar žāvētiem augļiem, jogurts,
biezpiens ar zaļumiem, tomāts, auglis
* 760

Vistas gaļa ar dārzeņiem krējuma mērcē,
bulgurs, burkānu salāti
* 890

Sautēta cūkgaļa ar dārzeņu-pērļu grūbu sautējumu,
smalkmaizīte/plātsmaize, auglis
* 935

04.07.2023

Piecgraudu pārslu putra, siers,
gurķis, auglis
* 730

Vistas fileja karija mērcē, rīsi,
biešu salāti ar eļļu
* 750

Makaroni ar cūkgaļu un dārzeņiem, mazsālīts gurķis,
biezpiena sierīņš, auglis, jogurts
* 1060

05.07.2023

Rīsu biezputra ar ogu mērci,
vārīta ola, gurķis, auglis
* 500

Cūkgaļa krējuma mērcē ar kartupeļiem,
kāpostu-burkānu salāti
* 690

Dārzeņu lečo ar pērļu grūbām,
biezpiena sacepums ar ķīseli
* 1000

06.07.2023

Auzu pārslu biezputra ar ogu mērci,
biezpiens ar zaļumiem, gurķis, auglis
* 790

Vistas fileja saldskābā mērcē ar rīsiem,
ziedkāpostu-burkānu salāti
* 660

Maltās gaļas mērce ar dārzeņiem un
vārītiem kartupeļiem, smalkmaizīte/plātsmaize
* 830

07.07.2023

Prosas biezputra, auglis,
vārīta ola, tomāts
* 630

Sautēta cūkgaļa ar dārzeņiem, griķi,
burkānu-redīsu salāti
* 830

Minestrone, biežpienmaizīte,
auglis
* 760

08.08.2023

Musli ar riekstiem, jogurts, siers,
gurķis, auglis
* 880

Vistas šķiņķis, makaroni, tomātu mērce
ar oregano, biešu-marinētu gurķu salāti
* 885

Plovs ar cūkgaļu, tomāts,
smalkmaizīte/plātsmaize, auglis
* 900

09.07.2023

Kukurūzas biezputra, biezpiens ar krējumu
un zaļumiem, gurķis, auglis
* 700

Vistas giross ar kartupeļiem,
sēņu mērci, kāpostu-burkānu salāti
* 640

Plovs ar vistas gaļu un dārzeņiem,
mazsālīts gurķis, smalkmaizīte/plātsmaize
* 940



ĒDIENKARTE



VEĢETĀRĀ

BROKASTIS

PUSDIENAS

VAKARIŅAS

30.06.2023

Kukurūzas biezputra, biezpiens
ar zaļumiem, gurķis, auglis
* 700

Sviesta pupiņas ar kartupeļiem,
sēņu mērci, kāpostu-burkānu salāti
* 560

Plovs ar turku zirņiem, mazaizēts gurķis,
smalkmaizīte/plātsmaize
* 1050

01.07.2023

Miežu putrainu biezputra, siers,
tomāts, auglis
* 720

Dārzeņu kotlete ar pākšaugiem, rīsi,
burkānu mērce, gurķu salāti
* 750

Veģetārā soļanka ar pupiņām,
biezpiena deserts ar ogu mērci
* 725

02.07.2023

Trīsgraudu pārslu biezputra, vārīta ola,
gurķis, jogurts, auglis
* 730

Dārzeņu mērce ar pupiņām, makaroni,
ķīnas kāpostu salāti
* 615

Dārzeņu sautējums ar lēcām,
biezpiena sieriņš, auglis
* 675

03.07.2023

Musli ar žāvētiem augļiem, jogurts,
biezpiens ar zaļumiem, tomāts, auglis
* 760

Cukini-tomātu sautējums ar burkāniem,
bulgurs, burkānu salāti
* 810

Dārzeņu-pērļu grūbu sautējumu,
smalkmaizīte/plātsmaize, auglis
* 790

04.07.2023

Piecgraudu pārslu putra, siers,
gurķis, auglis
* 730

Siera karbonāde, rīsi, baltā mērce ar kariju,
biešu salāti ar eļļu
* 810

Makaroni ar grilētiem dāržeņiem, biezpiena sieriņš,
jogurts, auglis
* 950

05.07.2023

Rīsu biezputra ar ogu mērci, vārīta ola,
gurķis, auglis
* 500

Ziedkāpostu karijs ar pupiņām, kartupeļi,
kāpostu-burkānu salāti
* 560

Dārzeņu lečo ar pērļu grūbām,
biezpiena sacepums ar ķīseli
* 1000

06.07.2023

Auzu pārslu biezputra ar ogu mērci,
biezpiens ar zaļumiem, gurķis, auglis
* 790

Turku zirņi ar tomātiem un kokospienu,
rīsi, ziedkāpostu-burkānu salāti
* 620

Grilēti dāržeņi ar sēnēm, vārīti kartupeļi,
smalkmaizīte/plātsmaize
* 740

07.07.2023

Prosas biezputra, auglis,
vārīta ola, tomāts
* 630

Pupiņas dārzeņu-čili mērcē, griķi,
burkānu-redīsu salāti
* 830

Minestrone, biezpienmaizīte,
auglis
* 760

08.08.2023

Musli ar riekstiem, jogurts,
siers, gurķis, auglis
* 880

Cukini ar tomātiem un turku zirņiem,
makaroni, biešu-marinētu gurķu salāti
* 750

Dārzeņu plovs, tomāts,
smalkmaizīte/plātsmaize, auglis
* 900

09.07.2023

Kukurūzas biezputra, biezpiens ar krējumu
un zaļumiem, gurķis, auglis
* 700

Sviesta pupiņas ar kartupeļiem, sēņu mērci,
kāpostu-burkānu salāti
* 560

Plovs ar turku zirņiem, mazaizēts gurķis,
smalkmaizīte/plātsmaize
* 1050