

Ēdiens izgatavots IK "KANTO" nomātajās telpās  
**ĒDIENKARTE VAR TIKT MAINĪTA PREČU PIEDĀDES PROBLĒMU DĒĻ**  
 5.-9. klase

| <b>PUSDIENAS</b>                     |                                    |        |                                      |
|--------------------------------------|------------------------------------|--------|--------------------------------------|
| <b>PIRMDIENA</b><br><br>15.12.2025   | Siera-dārzeņu zupa(3)              | 220    | <b>Dienas kcal</b><br><br><b>710</b> |
|                                      | Plovs ar vistas gaļu               | 200    |                                      |
|                                      | Ķīnas kāpostu salāti               | 80     |                                      |
|                                      | Ābols                              | 100    |                                      |
|                                      | Dzēriens/ maize(1)                 | 150/25 |                                      |
| <b>OTRDIENA</b><br><br>16.12.2025    | Gulašzupa                          | 220    | <b>Dienas kcal</b><br><br><b>712</b> |
|                                      | Skābais krējums(3)                 | 10     |                                      |
|                                      | Biezpiena deserts ar ogu ķīseli(1) | 80/150 |                                      |
|                                      | Rudzu maize(1)                     | 25     |                                      |
|                                      | Skolas piens(3)                    | 200    |                                      |
| <b>TREŠDIENA</b><br><br>17.12.2025   | Buljons ar makaroniem(1)           | 220    | <b>Dienas kcal</b><br><br><b>607</b> |
|                                      | Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu       | 230    |                                      |
|                                      | Svaigu dārzeņu salāti              | 80     |                                      |
|                                      | Ūdens ar citronu/maize(1)          | 150/25 |                                      |
|                                      | Banāns                             | 100    |                                      |
| <b>CETURTDIENA</b><br><br>18.12.2025 | Cepta vistas fileja(1,2,3)         | 60     | <b>Dienas kcal</b><br><br><b>823</b> |
|                                      | Vārīti makaroni(1)                 | 100    |                                      |
|                                      | Piena mērce(1,3)                   | 30     |                                      |
|                                      | Kāpostu-burkānu salāti             | 80     |                                      |
|                                      | Skolas piens(3)                    | 150    |                                      |
|                                      | Kukurūzas pārslas(1)               | 60     |                                      |
| <b>PIEKTDIENA</b><br><br>19.12.2025  | Boloņas mērce                      | 80     | <b>Dienas kcal</b><br><br><b>671</b> |
|                                      | Griķi                              | 120    |                                      |
|                                      | Redīsu salāti ar krējumu(3)        | 80     |                                      |
|                                      | Dzērveņu uzpūtenis(1)              | 80     |                                      |
|                                      | Skolas piens(3)                    | 200    |                                      |
|                                      | Bumbieris                          | 100    |                                      |

**Produkti,kuri var saturēt alergēnus:**

- 1.(glutēns)labība,kas satur lipekli t.i kvieši,rudzi,mieži,auzas,
- 2.olas un to produkti
- 3.(laktoze) piens un tā produkti

- 4.zivis un to produkti
- 5.sezama sēklas un to produkti