

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

| <b>PUSDIENAS</b>                        |                                   |        |                                      |
|-----------------------------------------|-----------------------------------|--------|--------------------------------------|
| <b>PIRMDIENA</b><br><b>16.03.2026</b>   | Šķelto zirņu zupa                 | 200    | <b>Dienas kcal</b><br><br><b>716</b> |
|                                         | Skābais krējums(3)                | 10     |                                      |
|                                         | Makaroni ar gaļu(1)               | 170    |                                      |
|                                         | Marinēts gurķis                   | 80     |                                      |
|                                         | Dzēriens/ maize(1)                | 150/25 |                                      |
| <b>OTRDIENA</b><br><b>17.03.2026</b>    | Vistas gaļas kotlete(2)           | 80     | <b>Dienas kcal</b><br><br><b>709</b> |
|                                         | Vārīti kartupeļi/piena mērce(1,3) | 150/40 |                                      |
|                                         | Biešu salāti                      | 80     |                                      |
|                                         | Jogurta krēms ar ogu ķīseli(3)    | 70/150 |                                      |
|                                         | Skolas piens(3)                   | 200    |                                      |
| <b>TREŠDIENA</b><br><b>18.03.2026</b>   | Cūkgaļas gulašs ar griķiem(1,3)   | 80/120 | <b>Dienas kcal</b><br><br><b>744</b> |
|                                         | Gurķu zupa                        | 200    |                                      |
|                                         | Kāpostu salāti ar papriku         | 80     |                                      |
|                                         | Ūdens ar citronu                  | 150    |                                      |
|                                         | Maize(1)/ auglis-ābols            | 25/100 |                                      |
| <b>CETURTDIENA</b><br><b>19.03.2026</b> | Cūkgaļas karbonāde(1,3)           | 80     | <b>Dienas kcal</b><br><br><b>716</b> |
|                                         | Vārīti kartupeļi/piena mērce(1,3) | 150/50 |                                      |
|                                         | Balto redīsu salāti               | 80     |                                      |
|                                         | Kukurūzas pārslas(1)              | 65     |                                      |
|                                         | Skolas piens(3)                   | 200    |                                      |
| <b>PIEKTDIENA</b><br><b>20.03.2026</b>  | Kāposti ar rīsiem un gaļu         | 230    | <b>Dienas kcal</b><br><br><b>704</b> |
|                                         | Skābais krējums(3)                | 10     |                                      |
|                                         | Ķīnas kāpostu salāti              | 80     |                                      |
|                                         | Vistas gaļas buljons              | 200    |                                      |
|                                         | Dzēriens                          | 150    |                                      |
|                                         | Ābols                             | 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