



Ēdienkarte (1. - 4.klase) /08.12.2025.-12.12.2025.

	Pirmdiena/08.12.2025.	porc.gr	Otrdiena/09.12.2025.	porc.gr	Trešdiena/10.12.2025.	porc.gr	Ceturtdiena/11.12.2025.	porc.gr	Piektdiena/12.12.2025.	porc.gr
Brokastis			Olu kultenis A03, A07 Sviestmaize A01, A07 Tēja	90 20\5 200	Kukurūzas biezputra ar ievārījumu A07 Sviestmaize ar svaigu gurķi A01,A07 Tēja	200\20 0 200	Piecgraudu biezputra ar ievārījumu A01, A07 Sviestmaize ar gaļas ruleti A01, A07 Tēja	200\20 20\5\15 200	Risu pārslu biezputra ar ievārījumu A07 Sviestmaize ar sieru A01, A07 Tēja	200\20 5 200
Pusdienas	Kartupeļu-zirniņu zupa ar krējumu A07 Viltotie kāpostu tīteņi A07 Burkānu salāti ar eļļu Ūdens ar citronu Rudzu maize A01	200\10 200 80 200 15	Mājas soļanka ar krējumu A07 Biezpiena-ābolu sacepums ar saldo mērci A01, A03, A07 Rudzu maize A01	200\10 150\150 15	Svaigu kāpostu borščs ar krējumu A07 Sautēta cūkgaļa mērcē ar vārītiem griķiem A01, A07 Ķīnas kāpostu salāti ar eļļu Ūdens ar citronu Rudzu maize A01	200\10 100\100 80 200 15	Vistas gaļas zupa ar risiem Zivju plācenīši A01, A03, A04 Kartupeļu biezenis ar silto mērci A01, A07 Biešu salāti ar eļļu Ūdens ar citronu Rudzu maize A01	200 80 200\60 80 200 15	Frikadeļu zupa ar krējumu A07 Abavas sniegs ar saldo mērci A01, A07 Rudzu maize A01	200\10 100\100 15
Launags	Sviestmaize ar vārīto desu bērniem A01, A07 Dzeramais jogurts A07	20\5\1 5 150	Mannā biezputra ar ievārījumu A01, A07 Tēja	200\20 200	Piena makaronu zupa\kliju maize ar sviestu A01, A07 Banāns A12	200\20 \5 100	Cepta maizīte ar sieru A01, A07 Kakao A07	80 100		
Vakariņas	Vistas gaļas mērce ar vārītiem makaroniem A01, A07 Gurķu salāti ar krējumu A07 Tēja	100\150 80 200	Maltās gaļas mērce ar vārītiem kartupeļiem A01, A07 Biešu salāti ar krējumu A07 Dzērveņu dzēriens	80\200 80 200	Risoto ar dārzeņiem un vistas gaļu A07 Burkānu salāti ar krējumu A07 Tēja	200 80 200	Skābeņu zupa ar krējumu A01, A03, A07 Rudzu maize ar sviestu A01, A07 Smalkmaizīte A01, A03, A07	200\10 30\5 60		
enerģētiskā vērtība	Olbaltumvielas Tauki Ogļhidrāti Kcal	45,6 55,1 141,6 1256	Olbaltumvielas Tauki Ogļhidrāti Kcal	61,0 67,5 163,1 1588	Olbaltumvielas Tauki Ogļhidrāti Kcal	52,7 70,2 227,4 1761	Olbaltumvielas Tauki Ogļhidrāti Kcal	57,1 72,3 199,9 1676	Olbaltumvielas Tauki Ogļhidrāti Kcal	23,7 35,6 130,7 955

Ēdienkarte (5. - 9.klase) /08.12.2025.-12.12.2025.

SIA "Sātums Kandavā"

Edienkarte (5. - 9. klase) / 08.12.2025 - 12.12.2025.											
		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
		Pirmidiena/08.12.2025.	porc.gr	Otrdiena/09.12.2025.	porc.gr	Trešdiena/10.12.2025.	porc.gr	Ceturtdiena/11.12.2025.	porc.gr	Piektdiena/12.12.2025.	porc.gr
Brokastis				Olu kultenis A03, A07 Sviestmaize A01, A07 Tēja	60 A07 40\10 200	Kukuruzas biežputra ar ievārījumu A07 Sviestmaize ar svaigu gurķi A01,A07 Tēja	200\20 40\10\30 200	Piecgraudu biežputra ar ievārījumu A01, A07 Sviestmaize ar gaļas ruļķi A01, A07 Tēja	200\20 40\10\30 200	Rīsu pārslu biežputra ar ievārījumu A07 Sviestmaize ar sieru A01, A07 Tēja	200\20 40\10\30 200
	Kartupeļu-zirnīšu zupa ar krējumu A07	200\10	Mājas solanka ar krējumu A07	200\10	Svaigu kāpostu borščs ar krējumu A07	200\10	Vistas gaļas zupa ar rīsiem	200	Frikadeļu zupa ar krējumu A07	300\20	
	Vitotie kāpostu tīteņi A07	300	Biezpiena-ābolu sacepums ar saldo mērci A01, A03, A07	200\200	Sautēta cukgala mērcē ar vārtiem griķiem A01, A07	100\150	80	Abavas sniegs ar saldo mērci A01, A07	150\150		
	Burkānu salāti ar eļļu	80	Rudzu maize A01	30	Ķīnas kāpostu salāti ar eļļu	80	A01, A07	250\60	Rudzu maize A01	30	
	Īdens ar citronu Rudzu maize A01	200 30			Īdens ar citronu Rudzu maize A01	200 30	Biešu salāti ar eļļu Īdens ar citronu Rudzu maize A01	80 200 30			
Pusdienas											
Launags	Sviestmaize ar vārīto desu bērniem A01, A07 Dzeramais jogurts A07	40\5\3 0 200	Mannā biežputra ar ievārījumu A01, A07 Tēja	250\40 200	Piena makaronu zupa\klīju maize ar sviestu A01, A07 Banāns A12	200\40 \5 100 A07	Cepta maizīte ar sieru A01, A07 Kakao A07	80 200			
Vakariņas	Vistas gaļas mērcē ar vārtiem makaroniem A01, A07 Gurķu salāti ar krējumu A07 Tēja	100\200 80 200	Maltās gaļas mērcē ar vārtiem kartupeļiem A01, A07 Biešu salāti ar krējumu A07 Dzērveņu dzēriens	100\250 80 200	Risoto ar dārzeņiem un vistas gaļu A07 Burkānu salāti ar krējumu A07 Tēja	300 80 200	Skābeņu zupa ar krējumu A01, A07 Rudzu maize ar sviestu A01, A07 Smalkmaizīte A01, A03, A07	300\20 50\5 60			
Enerģētiskā vērtība	Olībaltumvielas	60,3	Olībaltumvielas	74,4	Olībaltumvielas	64,2	Olībaltumvielas	67,4	Olībaltumvielas	35,7	
	Tauki	66,7	Tauki	82,8	Tauki	82,5	Tauki	88,3	Tauki	55,6	
	Ogļhidrāti	198,7	Ogļhidrāti	225,1	Ogļhidrāti	301,1	Ogļhidrāti	246,4	Ogļhidrāti	178,0	
	Kcal	1650	Kcal	2042	Kcal	2213	Kcal	2041	Kcal	1380	
sāls 3 gr\cukurs 3 gr		sāls 3 gr\cukurs 12 gr		sāls 3 gr\cukurs 4 gr		sāls 3 gr\cukurs 9 gr		sāls 1 gr\cukurs 12 gr			

Ēdienkarte var tikt mainīta sakarā ar neparedzētiem produktu piegādes traucējumiem vai tehnisku iemeslu dēļ!