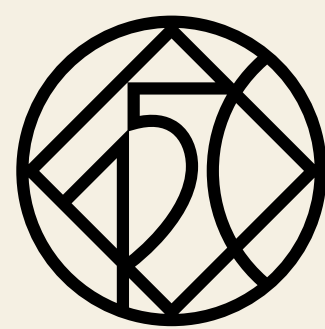


	BROKASTIS	ALERĢĒNI	PUSDIENAS	ALERĢĒNI	VAKARIŅAS	ALERĢĒNI
30.06.2023	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Vistas fileja saldskābajā mērcē		Plovs ar vistas gaļu un dārzeņiem	
	Kukurūzas biezputra ar piedevām	Piens	Vārīti rīsi		Mazsālīts gurķis	
	Biezpiens ar krējumu un zaļumiem	Piena produkti	Burkānu salāti ar ziedkāpostiem un eļļas mērci		Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Konditorejas izstrādājums**	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Svaigs gurķis		Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)		
	kcal 703,25 Kopā dienā kcal 2374,70		kcal 728,29		kcal 943,16	
01.07.2023	Miežu putrainu biezputra	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Sautēta cūkgaļa ar dārzeņiem		Veģetārā soļanka ar skābu krējumu	Piena produkti
	Siers, puscietais	Piena produkti	Vārīti griķi		Zemeņu mērce	
	Svaigs tomāts		Redīsu un burkānu salāti		Saldā biezpiena masa	Piena produkti
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Rudzu maize, tēja	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)		
	kcal 716,20 Kopā dienā kcal 2208,21		kcal 766,95		kcal 725,06	
02.07.2023	Trīs graudu pārslu biezputra	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Vistas gaļa ar dārzeņiem krējuma mērcē	*PIENS*	Dārzeņu ragu	Selerija
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Vārīts gaišais bulgurs	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Vistas stilbiņš, cepts krāsnī	Piena produkti
	Svaigs gurķis		Burkānu salāti ar eļļu		Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Vārīta ola, sviests	Olas, piena produkti	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Biezpiena sieriņš "Kārums"	Piena produkti
	Jogurts, sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Augļi, svaigi	
	kcal 734,19 Kopā dienā kcal 2336,22		kcal 790,40		kcal 811,63	
03.07.2023	Brokastu musli ar žāvētiem augļiem	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Krāsnī cepts vistas gaļas giross	PIENS, OLAS, SINEPES	Dārzeņu sautējums ar pērļu grūbām	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Biezpiens ar krējumu un zaļumiem	Piena produkti	Gaļas buljona mērce	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) PIENS*	Sautēta cūkgaļa	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Vārīti kartupeļi		Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Svaigs tomāts		Gurķis		Augļi, svaigi	
	Jogurts bez piedevām	Piena produkti	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Konditorejas izstrādājums**	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)		
kcal 764,32 Kopā dienā kcal 2543,56		kcal 843,73		kcal 935,51		
04.07.2023	Piecgraudu pārslu biezputra	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Maltās gaļas tomātu mērce		Maltas cūkgaļas mērce ar dārzeņiem	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Siers, puscietais	Piena produkti	Vārīti makaroni	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Vārīti kartupeļi	
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Mazsālīts gurķis		Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Biezpiena sieriņš "Kārums"	Piena produkti
	Svaigs gurķis, sagriezts ar dillēm		Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Augļi, svaigi	
	kcal 728,59 Kopā dienā kcal 2372,08		kcal 731,46		kcal 912,03	
05.07.2023	Rīsu biezputra	Piena produkti	Cepta cūkgaļas karbonāde meksikāņu gaumē	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) SOJAS PUPAS*	Vārītas pērļu gūbas	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Ogu mērce		Vārīti rīsi		Dārzeņu lečo	
	Vārīta ola	Olu produkti	Gurķis		Biezais ogu ķīselis	
	Svaigs gurķis		Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Biezpiena sacepums	*Piena prod., OLAS, GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti				
kcal 498,82 Kopā dienā kcal 2205,87		kcal 701,60		kcal 1005,40		
06.07.2023	Auzu pārslu biezputra	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Cūkgaļas karbonāde kūpinātas paprikas marinādē	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Makaroni ar cūkgaļu un dārzeņiem	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Ogu mērce		Vārīti kartupeļi		Mazsālīts gurķis	
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Gaļas buljona mērce	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) PIENS*	Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Mazsālīts gurķis		Konditorejas izstrādājums**	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Biezpiens ar krējumu un zaļumiem	Piena produkti	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)		
	Svaigs gurķis		Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)		
kcal 790,82 Kopā dienā kcal 2416,22		kcal 645,97		kcal 979,43		
07.07.2023	Prosas biezputra	Piena produkti	Vistas fileja krējuma glazūrā	*PIENS, OLAS, SINEPES, GRAUDAUGI*	Minestrone zupa	Selerija
	Svaigs tomāts		Vārīti makaroni	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Biezpienmaize	*Piena prod., OLAS, GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Tomātu mērce		Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Gurķis		Augļi, svaigi	
	Vārīta ola	Olu produkti	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)		
	kcal 628,82 Kopā dienā kcal 2258,57		kcal 865,67		kcal 764,08	
08.07.2023	Graudaugu musli ar riekstiem	*Rieksti, GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Vistas fileja karija mērcē	*PIENS, SOJAS PUPAS*	Plovs ar cūkgaļu	Piena produkti
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Vārīti rīsi		Svaigs tomāts	
	Siers, puscietais	Piena produkti	Mazsālīts gurķis		Augļi, svaigi	
	Svaigs gurķis, sagriezts ar dillēm		Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Konditorejas izstrādājums**	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Jogurts bez piedevām	Piena produkti				
kcal 876,77 Kopā dienā kcal 2493,16		kcal 715,95		kcal 900,44		
09.07.2023	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)	Cepts vistas šķiņķītis	*PIENS, OLAS, SINEPES, GRAUDAUGI, SOJAS PUPAS*	Plovs ar vistas gaļu un dārzeņiem	
	Kukurūzas biezputra ar piedevām	Piens	Vārīti kartupeļi		Mazsālīts gurķis	
	Biezpiens ar krējumu un zaļumiem	Piena produkti	Šampinjoni mērce	SELERIJA	Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Kāpostu salāti ar burkāniem un eļļu		Konditorejas izstrādājums**	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)
	Svaigs gurķis		Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu)		
	kcal 703,25 Kopā dienā kcal 2414,25		kcal 767,84		kcal 943,16	

*kcal Enerģētiskā vērtība

** Atkarībā no piedāvātā sortimenta var saturēt riekstus, olu un piena produktus



	BROKASTIS	ALERĢĒNI	PUSDIENAS	ALERĢĒNI	VAKARIŅAS	ALERĢĒNI
30.06.2023	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Turku zirņu un tomātu sautējums		Plovs ar turku zirņiem	
	Kukurūzas biezputra ar piedevām	Piens	Vārīti rīsi		Mazsālīts gurķis	
	Biezpiens ar krējumu un zaļumiem	Piena produkti	Burkānu salāti ar ziedkāpostiem un eļļas mērci		Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Konditorejas izstrādājums**	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Svaigs gurķis		Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *		
	kcal 703,25 Kopā dienā kcal 2454,27		kcal 702,32		kcal 1048,59	
01.07.2023	Miežu putraimu biezputra	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Pupiņas dārzeņu čili mērcē	SELERĪJA	Veģetārā soļanka	Piena produkti
	Siers, puscietais	Piena produkti	Vārīti griķi		Zemeņu mērce	
	Svaigs tomāts		Redīsu un burkānu salāti		Saldā biezpiena masa	Piena produkti
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Rudzu maize, tēja	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *		
	kcal 716,20 Kopā dienā kcal 2180,52		kcal 739,26		kcal 725,06	
02.07.2023	Trīs graudu pārslu biezputra	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Kabaču tomātu un sviesta pupiņu sautējums		Dārzeņu sautējums ar lēcām	
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Vārīts gaišais bulgurs	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Svaigs gurķis		Burkānu salāti ar eļļu		Biezpiena sieriņš "Kārums"	Piena produkti
	Vārīta ola, sviests	Olas, piena produkti	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Augļi, svaigi	
	Jogurts, svaigs auglis, tēja	Piena produkti	Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *		
	kcal 734,19 Kopā dienā kcal 2116,89		kcal 708,54		kcal 674,16	
03.07.2023	Brokastu musli ar žāvētiem augļiem	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Dzelteno lēcu un dārzeņu karijs	*SINĒPES,SELERĪJA*	Dārzeņu sautējums ar pēļu grūbām	
	Biezpiens ar krējumu un zaļumiem	Piena produkti	Vārīti kartupeļi		Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Gurķis		Augļi, svaigi	
	Svaigs tomāts		Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Konditorejas izstrādājums**	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Jogurts bez piedevām	Piena produkti	Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *		
	kcal 764,32 Kopā dienā kcal 2122,22		kcal 564,40		kcal 793,50	
04.07.2023	Piecgraudu pārslu biezputra	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Īpaša dārzeņu mērce		Grilēti dārzeņi ar sēnēm	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Siers, puscietais	Piena produkti	Pupiņas sarkanās vārītas		Vārīti kartupeļi	
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Vārīti makaroni	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Mazsālīts gurķis		Biezpiena sieriņš "Kārums"	Piena produkti
	Svaigs gurķis, sagriezts ar dillēm		Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Augļi, svaigi	
	kcal 728,59 Kopā dienā kcal 2231,17		kcal 731,46		kcal 826,55	
05.07.2023	Rīsu biezputra	Piena produkti	Kvinoja ar sarkanajām pupiņām, kukurūzu un tomātiem	SELERĪJA	Vārītas pērļu gūbas	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Ogu mērce		Vārīti rīsi		Dārzeņu lečo	
	Vārīta ola	Olu produkti	Gurķis		Biezais ogu ķīselis	*Piena prod., OLAS, GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Svaigs gurķis		Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Biezpiena sacepums	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	kcal 498,82 Kopā dienā kcal 2201,15		kcal 696,88		kcal 1005,40	
06.07.2023	Auzu pārslu biezputra	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Lēcu, kinojas un dārzeņu voks		Makaroni ar grilētiem dārzeņiem	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Ogu mērce		Vārīti kartupeļi		Mazsālīts gurķis	
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Mazsālīts gurķis		Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Konditorejas izstrādājums**	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Biezpiens ar krējumu un zaļumiem	Piena produkti	Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *		
	kcal 790,82 Kopā dienā kcal 2321,68		kcal 666,27		kcal 864,59	
07.07.2023	Prosas biezputra	Piena produkti	Cukīni-tomātu sautējums ar burkāniem	SELERĪJA	Minestrone zupa	Selerija
	Svaigs tomāts		un turku zirņiem		Biezpienmaize	*Piena prod., OLAS, GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Vārīti makaroni	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Gurķi		Augļi, svaigi	
	Vārīta ola	Olu produkti	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *		
	kcal 628,82 Kopā dienā kcal 2101,21		kcal 708,31		kcal 764,08	
08.07.2023	Rudzu maize/ kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Pākšaugu karijs	SELERĪJA	Dārzeņu plovs	
	Siers, puscietais	Piena produkti	Vārīti rīsi		Svaigs tomāts	
	Svaigs gurķis, sagriezts ar dillēm		Mazsālīts gurķis		Augļi, svaigi	
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Jogurts bez piedevām	Piena produkti	Kliju maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *	Konditorejas izstrādājums**	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	kcal 506,37 Kopā dienā kcal 2103,69		kcal 696,82		kcal 900,50	
09.07.2023	Kukurūzas biezputra ar piedevām	Piens	Vārīti kartupeļi		Plovs ar turku zirņiem	
	Biezpiens ar krējumu un zaļumiem	Piena produkti	Apcēptas dzeltenās sviesta pupiņas	*SEZAMA SEKLAS, SELERĪJA*	Mazsālīts gurķis	
	Sviests, auglis, tēja	Piena produkti	Šampinjoni mērce	SELERĪJA	Kefīrs, sviests, kliju maize	*Piena prod., GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
	Svaigs gurķis		Kāpostu salāti ar burkāniem un eļļu		Konditorejas izstrādājums**	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *
			Rudzu maize	*GRAUDAUGI, kas satur lipekli (glutēnu) *		
	kcal 547,45 Kopā dienā kcal 2201,70		kcal 605,66		kcal 1048,59	

*kcal Enerģētiskā vērtība

** Atkarībā no piedāvātā sortimenta var saturēt riekstus, olu un piena produktus