

Ēdienkarte nedēļai: 28.04.2025 - 04.05.2025

(2024.g) Stropu pamatskola - attīstības centrs _pamatskola (VB mērķdotācija)

Grupa: Dieta aglutēna un bezlaktozes 1.B

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis				Brokastis				Brokastis			
Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal)				Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal)				Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal)			
Āboli 100 gr (100g/52,0 kcal)				Āboli 100 gr (100g/52,0 kcal)				Āboli 100 gr (100g/52,0 kcal)			
Prosas biezputra bez sviesta un piena 200 gr (54g/178,8 kcal)				Kukurūzas biezputra bez sviesta un piena 200 gr (200g/161,6 kcal)				Omlete ar ceptiem kartupeļiem un eļļu 175 gr [A03] (175g/260,5 kcal)			
Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)			
8,1	64,3	2,0	306,1	6,1	63,4	2,2	288,9	20,0	49,9	11,7	387,8
Pusdienas				Pusdienas				Pusdienas			
Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal)				Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal)				Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal)			
Borščs ar kartupeļiem, svaigiem kāpostiem bez krējuma 250gr (250g/67,8 kcal)				Dārzeņu zupa ar pupiņām, kartupeļiem bez krējuma 250gr (250g/83,9 kcal)				Buljons ar liellopu gaļu 250/13 gr [A03] (263g/62,4 kcal)			
Cepta vista 100 gr (100g/156,8 kcal)				Plovs ar cūkgaļu 75/200 gr (275g/388,4 kcal)				Malta liellopu gaļa bez mērcēs 50 gr (50g/128,7 kcal)			
Makaroni bezglutēna 75 gr (75g/79,0 kcal)				Svaigi tomāti 100gr (100g/15,3 kcal)				Vārīti griķi 150 gr (150g/256,0 kcal)			
Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem 100 gr (100g/50,7 kcal)				Kompots no saldētām ogām (200g/34,5 kcal)				Biešu salāti ar konservētiem zirnīšiem 100 gr (100g/60,5 kcal)			
Ābolu kompots (200g/24,4 kcal)								Sulas dzēriens (200g/51,8 kcal)			
26,8	56,8	13,0	441,0	35,9	90,2	8,4	584,4	41,9	82,9	13,0	621,7
Launags				Launags				Launags			
Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā			
34,9	121,1	15,0	747,1	42,0	153,6	10,6	873,3	61,9	132,8	24,7	1009,5
Sāls(g): 4,0000 ; Cukurs(g): 20,0000				Sāls(g): 2,4000 ; Cukurs(g): 16,0000				Sāls(g): 3,0000 ; Cukurs(g): 8,0000			
(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)
Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)			
13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: S. Steļmačonoka

Ēdienkarte nedēļai: 28.04.2025 - 04.05.2025

(2024.g) Stropu pamatskola - attīstības centrs _pamatskola (VB mērķdotācija)

Grupa: Individuāla diēta 4e klase g

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis Āboli 100 gr (100g/52,0 kcal) Prosas biezputra ar sviestu 200 gr [A07] (200g/302,6 kcal)				Brokastis Āboli 100 gr (100g/52,0 kcal) Kukurūzas biezputra ar sviestu 200/10 gr [A07] (210g/285,4 kcal)				Brokastis Āboli 100 gr (100g/52,0 kcal) Biezpiens 100 gr [A07] (100g/99,0 kcal)			
8,9	51,8	12,0	354,6	6,9	50,9	12,2	337,4	15,0	13,0	4,0	151,0
Pusdienas Borščs ar kartupeļiem, svaigiem kāpostiem bez krējuma 250gr (250g/67,8 kcal) Cepta vista 100 gr (100g/156,8 kcal) Konservētas pupiņas 100 gr (100g/52,5 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem 100 gr (100g/50,7 kcal)				Pusdienas Saldēto dārzeņu zupa 200 gr (200g/106,5 kcal) Plovs ar cūkgaļu 75/200 gr (275g/388,4 kcal) Svaigi tomāti 100gr (100g/15,3 kcal)				Pusdienas Buljons ar liellopu gaļu 250/13 gr [A03] (263g/62,4 kcal) Malta liellopu gaļa bez mērcēs 50 gr (50g/128,7 kcal) Vārīti griķi 150 gr (150g/256,0 kcal) Biešu salāti ar konservētiem zirnīšiem 100 gr (100g/60,5 kcal)			
24,7	31,4	12,2	327,8	31,9	58,6	15,3	510,2	39,6	56,4	12,7	507,6
Launags Cepumi bezglutēna 14 gr. [A03, A07] (14g/62,9 kcal)				Launags Banāni 200 gr (200g/157,2 kcal) Cepumi bezglutēna 14 gr. [A03, A07] (14g/62,9 kcal)				Launags			
0,3	10,8	2,0	62,9	2,7	46,8	2,4	220,1				
Vakariņas				Vakariņas				Vakariņas			
Uzturvērtības kopā 33,9 94,0 26,2 745,3 Sāls(g): 3,0000 ; Cukurs(g): 10,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 41,5 156,3 29,9 1067,7 Sāls(g): 2,7000 ; Cukurs(g): 6,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) Nav atbilstošu MK noteikumu				Uzturvērtības kopā 54,6 69,4 16,7 658,6 Sāls(g): 2,3000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) Nav atbilstošu MK noteikumu			

Sagatavoja: S. Steļmačonoka

Ēdienkarte nedēļai: 28.04.2025 - 04.05.2025

(2024.g) Stropu pamatskola - attīstības centrs _pamatskola (VB mērķdotācija)

Grupa: Dieta aglutēna 8.c klase

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Prosas biezputra ar sviestu 200 gr [A07] (200g/302,6 kcal) Kafija ar pienu [A07] (61g/54,7 kcal)				Brokastis Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Biezpiena sierīņš (1 gab) 40 gr [A07] (40g/107,8 kcal) Kukurūzas biezputra ar sviestu 200/10 gr [A07] (210g/285,4 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Brokastis Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Biezpiens ar krējumu, rozīniem un cukuru 150/30/3 gr [A07] (196g/244,0 kcal) Kakao ar pienu [A07] (200g/74,5 kcal)			
16,7	64,8	23,8	527,8	12,5	69,7	25,8	543,3	33,7	35,1	25,3	489,0
Pusdienas Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal) Borščs ar kartupeļiem, svaigiem kāpostiem un krējumu 250/5 gr [A07] (250g/78,1 kcal) Cepta vista 100 gr (100g/156,8 kcal) Makaroni bezglutēna 75 gr (75g/79,0 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem 100 gr (100g/50,7 kcal) Ābolu kompots (200g/24,4 kcal)				Pusdienas Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal) Dārzenu zupa ar pupiņām, kartupeļiem un krējumu 250/5 gr [A07] (255g/94,2 kcal) Plovs ar cūkgaļu 75/200 gr (275g/388,4 kcal) Svaigi tomāti 100gr (100g/15,3 kcal) Kompots no saldētām ogām (200g/34,5 kcal)				Pusdienas Maize gaiša bezglutēna 25 gr [A06] (25g/62,3 kcal) Buljons ar liellopu gaļu 250/13 gr [A03] (263g/62,4 kcal) Malta liellopu gaļa bez mērcēs 50 gr (50g/128,7 kcal) Vārīti griķi 150 gr (150g/256,0 kcal) Biešu salāti ar konservētiem zirnīšiem 100 gr (100g/60,5 kcal) Sulas dzēriens (200g/51,8 kcal)			
26,9	57,0	14,0	451,3	36,0	90,4	9,4	594,7	41,9	82,9	13,0	621,7
Launags				Launags				Launags			
Uzturvērtības kopā 43,6 121,8 37,8 979,1 Sāls(g): 4,0000 ; Cukurs(g): 20,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 48,5 160,1 35,2 1138,0 Sāls(g): 2,4000 ; Cukurs(g): 16,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 75,6 118,0 38,3 1110,7 Sāls(g): 2,3000 ; Cukurs(g): 11,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: S. Steļmačonoka

Ēdienkarte nedēļai: 28.04.2025 - 04.05.2025

(2024.g) Stropu pamatskola - attīstības centrs _pamatskola (VB mērķdotācija)

Grupa: Dieta bezlaktozes un sarkanu augļu, banānu (skolniece 8.c)

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Āboli 100 gr (100g/52,0 kcal) Prosas biezputra bez sviesta un piena 200 gr (54g/178,8 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Āboli 100 gr (100g/52,0 kcal) Kukurūzas biezputra bez sviesta un piena 200 gr (200g/161,6 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Āboli 100 gr (100g/52,0 kcal) Omlete ar ceptiem kartupeļiem un eļļu 175 gr [A03] (175g/260,5 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)			
7,6	62,8	2,4	303,8	5,6	61,9	2,6	286,6	19,5	48,4	12,1	385,5
Pusdienas Baltmaize/Rupjmaize 30/45 gr [A01] (75g/195,4 kcal) Borščs ar kartupeļiem, svaigiem kāpostiem bez krējuma 250gr (250g/67,8 kcal) Vistas kotlete 100 gr [A01, A03] (100g/217,5 kcal) Vārīti makaroni 150 gr [A01] (150g/200,4 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem 100 gr (100g/50,7 kcal) Ābolu kompots (200g/24,4 kcal)				Pusdienas Baltmaize/Rupjmaize 30/45 gr [A01] (75g/195,4 kcal) Dārzenų zupa ar pupiņām, kartupeļiem bez krējuma 250gr (250g/83,9 kcal) Plovs ar cūkgaļu 75/200 gr (275g/388,4 kcal) Svaigi gurķi 100 gr (100g/11,4 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Pusdienas Baltmaize/Rupjmaize 30/45 gr [A01] (75g/195,4 kcal) Rasolņiks bez krējuma ar kartupeļiem 250 gr [A01] (250g/113,6 kcal) Malta liellopu gaļa bez mērcēs 50 gr (50g/128,7 kcal) Vārīti griķi 150 gr (150g/256,0 kcal) Biešu salāti ar konservētiem zirnīšiem 100 gr (100g/60,5 kcal) Sulas dzēriens (200g/51,8 kcal)			
40,0	109,2	17,4	756,2	39,1	107,2	10,0	692,1	42,0	128,5	11,8	806,0
Launags				Launags				Launags			
Uzturvērtības kopā 47,6 172,0 19,8 1060,0 Sāls(g): 2,6000 ; Cukurs(g): 20,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 44,7 169,1 12,6 978,7 Sāls(g): 2,4000 ; Cukurs(g): 16,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 61,5 176,9 23,9 1191,5 Sāls(g): 3,2000 ; Cukurs(g): 8,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: S. Steļmačonoka

Ēdienkarte nedēļai: 28.04.2025 - 04.05.2025

(2024.g) Stropu pamatskola - attīstības centrs _pamatskola (VB mērķdotācija)

Grupa: Cieto ēdienu diēta (1.a kl.)

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Pusdienas				Pusdienas				Pusdienas			
Rupjmaize 20 gr [A01] (20g/46,8 kcal)				Rupjmaize 20 gr [A01] (20g/46,8 kcal)				Rupjmaize 20 gr [A01] (20g/46,8 kcal)			
Vistas kotlete 100 gr [A01, A03] (100g/217,5 kcal)				Vārīta cūkgāļa-šķiņķis 100 gr (100g/211,8 kcal)				Vārīta liellopu gaļa 100 gr (100g/157,3 kcal)			
Vārīti makaroni 150 gr [A01] (150g/200,4 kcal)				Svaigi tomāti 100gr (100g/15,3 kcal)				Vārīti griķi 150 gr (150g/256,0 kcal)			
Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem 100 gr (100g/50,7 kcal)				Kompots no saldētām ogām (200g/34,5 kcal)				Biešu salāti ar konservētiem zirņiem 100 gr (100g/60,5 kcal)			
Ābolu kompots (200g/24,4 kcal)				Vārīti rīsi 150 gr (150g/192,1 kcal)				Sulas dzēriens (200g/51,8 kcal)			
32,5	69,4	15,1	539,8	40,6	60,1	10,3	500,5	41,4	77,6	9,5	572,4
Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā			
32,5	69,4	15,1	539,8	40,6	60,1	10,3	500,5	41,4	77,6	9,5	572,4
Sāls(g): 1,4000 ; Cukurs(g): 10,0000				Sāls(g): 0,9000 ; Cukurs(g): 5,0000				Sāls(g): 2,0000 ; Cukurs(g): 3,0000			
(0-0) (0-0) (0-0) (0-0)				(0-0) (0-0) (0-0) (0-0)				(0-0) (0-0) (0-0) (0-0)			
Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)			
13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: S. Steļmačonoka

Ēdienkarte nedēļai: 28.04.2025 - 04.05.2025

(2024.g) Stropu pamatskola - attīstības centrs _pamatskola (VB mērķdotācija)

Grupa: Dieta (Hipokaloriju,saldo dzērienu un maizes 1.c)

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Auzu pārslu biezputra bez sviesta un piena 200gr [A01] (200g/173,8 kcal)				Brokastis Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Kukurūzas biezputra bez sviesta un piena 200 gr (200g/161,6 kcal)				Brokastis Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Biezpiens 100 gr [A07] (100g/99,0 kcal)			
9,7	27,9	5,4	207,2	7,2	35,1	4,1	195,0	18,4	2,0	6,2	132,4
Pusdienas Borščs ar svaigiem kāpostiem bez krējuma un kartupeļiem 200gr (200g/49,5 kcal) Cepta vista 100 gr (100g/156,8 kcal) Konservētas pupiņas 100 gr (100g/52,5 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem 100 gr (100g/50,7 kcal)				Pusdienas Saldēto dārzeņu zupa 200 gr (200g/106,5 kcal) Vārīta cūkgāļa-šķiņķis 100 gr (100g/211,8 kcal) Lēcas vārītas 130 gr (130g/157,3 kcal) Svaigi tomāti 100gr (100g/15,3 kcal)				Pusdienas Buljons ar liellopu gaļu 250/13 gr [A03] (263g/62,4 kcal) Malta liellopu gaļa bez mērcēs 50 gr (50g/128,7 kcal) Vārīti griķi 150 gr (150g/256,0 kcal) Biešu salāti ar konservētiem zirnīšiem 100 gr (100g/60,5 kcal)			
24,2	27,4	12,2	309,5	48,6	34,0	17,7	490,9	39,6	56,4	12,7	507,6
Uzturvērtības kopā 33,9 55,3 17,6 516,7 Sāls(g): 3,0000 ; Cukurs(g): 11,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 55,8 69,1 21,8 685,9 Sāls(g): 2,8000 ; Cukurs(g): 6,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				Uzturvērtības kopā 58,0 58,4 18,9 640,0 Sāls(g): 2,3000 ; Cukurs(g): 0,0000 (0-0) (0-0) (0-0) (0-0) Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0) 13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: S. Steļmačonoka

Ēdienkarte nedēļai: 28.04.2025 - 04.05.2025

(2024.g) Stropu pamatskola - attīstības centrs _pamatskola (VB mērķdotācija)

Grupa: Dieta (Hipokaloriju 4e,7e,3d)

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis				Brokastis				Brokastis			
Rupjmaize 20 gr [A01] (20g/46,8 kcal) Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Auzu pārslu biezputra bez sviesta un piena 200gr [A01] (200g/173,8 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Rupjmaize 20 gr [A01] (20g/46,8 kcal) Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Kukurūzas biezputra bez sviesta un piena 200 gr (200g/161,6 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Rupjmaize 20 gr [A01] (20g/46,8 kcal) Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Biezpiens 100 gr [A07] (100g/99,0 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)			
11,2	40,8	5,8	267,0	8,7	48,0	4,5	254,8	19,9	14,9	6,6	192,2
Pusdienas				Pusdienas				Pusdienas			
Rupjmaize 20 gr [A01] (20g/46,8 kcal) Borščs ar svaigiem kāpostiem bez krējuma un kartupeļiem 200gr (200g/49,5 kcal) Cepta vista 100 gr (100g/156,8 kcal) Konservētas pupiņas 100 gr (100g/52,5 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem 100 gr (100g/50,7 kcal) Ābolu kompots (200g/24,4 kcal)				Rupjmaize 20 gr [A01] (20g/46,8 kcal) Saldēto dārzeņu zupa 200 gr (200g/106,5 kcal) Vārīta cūkgaļa-šķiņķis 100 gr (100g/211,8 kcal) Lēcas vārītas 130 gr (130g/157,3 kcal) Svaigi tomāti 100gr (100g/15,3 kcal) Kompots no saldētām ogām (200g/34,5 kcal)				Rupjmaize 20 gr [A01] (20g/46,8 kcal) Buljons ar liellopu gaļu 250/13 gr [A03] (263g/62,4 kcal) Malta liellopu gaļa bez mērcēs 50 gr (50g/128,7 kcal) Vārīti griķi 150 gr (150g/256,0 kcal) Biešu salāti ar konservētiem zirnīšiem 100 gr (100g/60,5 kcal) Sulas dzēriens (200g/51,8 kcal)			
25,7	42,7	12,6	380,7	50,2	52,1	18,1	572,2	41,1	78,5	13,1	606,2
Launags				Launags				Launags			
Cepumi bezglutēna 14 gr. [A03, A07] (14g/62,9 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Banāni 200 gr (200g/157,2 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal) Cepumi bezglutēna 14 gr. [A03, A07] (14g/62,9 kcal)							
0,3	15,3	2,0	75,9	2,7	51,3	2,4	233,1				
Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā			
37,2	98,8	20,4	723,6	61,6	151,4	25,0	1060,1	61,0	93,4	19,7	798,4
Sāls(g): 3,0000 ; Cukurs(g): 26,0000				Sāls(g): 2,8000 ; Cukurs(g): 21,0000				Sāls(g): 2,3000 ; Cukurs(g): 8,0000			
(0-0) (0-0) (0-0) (900-1100)				(0-0) (0-0) (0-0) (900-1100)				(0-0) (0-0) (0-0) (900-1100)			
Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)			
13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: S. Steļmačonoka

Ēdienkarte nedēļai: 28.04.2025 - 04.05.2025

(2024.g) Stropu pamatskola - attīstības centrs _pamatskola (VB mērķdotācija)

Grupa: Individuāla diēta 2.a klase ž

Pirmdienā 28.04.2025				Otrdienā 29.04.2025				Trešdienā 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Prosas biezputra ar sviestu 200 gr [A07] (200g/302,6 kcal)				Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Biezpiena sierīšs (1 gab) 40 gr [A07] (40g/107,8 kcal) Mannas biezputra ar ievārījumu 200/20 gr [A01, A07] (220g/198,6 kcal)				Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Biezpiens ar krējumu, rozīniem un cukuru 150/30/3 gr [A07] (196g/244,0 kcal) Kakao ar pienu [A07] (200g/74,5 kcal)			
14,2	52,2	23,2	470,8	11,6	62,7	16,4	441,2	33,2	33,6	25,7	486,7
Pusdienas Rupjmaize 45 gr [A01] (45g/105,4 kcal) Borščs ar kartupeļiem, svaigiem kāpostiem un krējumu 250/5 gr [A07] (250g/78,1 kcal) Vistas kotlete 100 gr [A01, A03] (100g/217,5 kcal) Vārīti makaroni 150 gr [A01] (150g/200,4 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem 100 gr (100g/50,7 kcal)				Pusdienas Rupjmaize 45 gr [A01] (45g/105,4 kcal) Dārzenu zupa ar pupiņām, kartupeļiem un krējumu 250/5 gr [A07] (255g/94,2 kcal) Plovs ar cūkgaļu 75/200 gr (275g/388,4 kcal) Svaigi tomāti 100gr (100g/15,3 kcal)				Pusdienas Rupjmaize 45 gr [A01] (45g/105,4 kcal) Rasolņiks ar krējumu un kartupeļiem 250 gr [A01, A07] (250g/123,9 kcal) Vārīta liellopu gaļa 100 gr (100g/157,3 kcal) Vārīti griķi 150 gr (150g/256,0 kcal) Biešu salāti ar konservētiem zirnīšiem 100 gr (100g/60,5 kcal) Sulas dzēriens (200g/51,8 kcal)			
37,4	85,5	17,4	652,1	36,9	86,7	9,9	603,3	47,0	111,4	11,6	754,9
Launags Mājas bulciņa 50 gr [A01, A03, A07] (64g/195,2 kcal) Jogurts 200 ml [A07] (200g/124,0 kcal)				Launags Baltmaize ar kausēto sieru 40/30 gr [A01, A07] (70g/172,8 kcal) Banāni 200 gr (200g/157,2 kcal)				Launags			
9,1	45,7	11,3	319,2	10,6	59,2	5,3	330,0				
Vakariņas Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Kartupeļu pankūkas ar krējumu 150/20 gr [A01, A03, A07] (170g/285,8 kcal) Kefīrs [A07] (200g/100,0 kcal)				Vakariņas Rupjmaize 20 gr [A01] (20g/46,8 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Gaļas salāti ar desu 200 gr [A03, A09, A10] (200g/380,7 kcal)				Vakariņas			
17,0	66,5	20,8	520,6	11,9	40,5	31,8	502,3				
Uzturvērtības kopā 77,7 249,9 72,7 1962,7 Sāls(g): 3,1000 ; Cukurs(g): 14,0000				Uzturvērtības kopā 71,0 249,1 63,4 1876,8 Sāls(g): 2,4000 ; Cukurs(g): 2,3000				Uzturvērtības kopā 80,2 145,0 37,3 1241,6 Sāls(g): 2,7000 ; Cukurs(g): 11,0000			

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)	(0-0)
Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)				Sāls(g): (0-0) ; Cukurs(g): (0-0)			
Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu				Nav atbilstošu MK noteikumu			

Sagatavoja: S. Steļmačonoka

Ēdienkarte nedēļai: 28.04.2025 - 04.05.2025

(2024.g) Stropu pamatskola - attīstības centrs _pamatskola (VB mērķdotācija)

Grupa: skolēni(5-9 kl.) diennakts

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Prosas biezputra ar sviestu 200 gr [A07] (200g/302,6 kcal) Kafija ar pienu [A07] (61g/54,7 kcal)				Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Biezpiena sierīšs (1 gab) 40 gr [A07] (40g/107,8 kcal) Mannas biezputra ar ievārījumu 200/20 gr [A01, A07] (220g/198,6 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Biezpiens ar krējumu, rozīniem un cukuru 150/30/3 gr [A07] (196g/244,0 kcal) Kakao ar pienu [A07] (200g/74,5 kcal)			
16,2	63,3	24,2	525,5	11,6	67,2	16,4	454,2	33,2	33,6	25,7	486,7
Pusdienas Baltmaize/Rupjmaize 30/45 gr [A01] (75g/195,4 kcal) Borščs ar kartupeļiem, svaigiem kāpostiem un krējumu 250/5 gr [A07] (250g/78,1 kcal) Vistas kotlete 100 gr [A01, A03] (100g/217,5 kcal) Vārīti makaroni 150 gr [A01] (150g/200,4 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem 100 gr (100g/50,7 kcal) Ābolu kompots (200g/24,4 kcal)				Pusdienas Baltmaize/Rupjmaize 30/45 gr [A01] (75g/195,4 kcal) Dārzenų zupa ar pupiņām, kartupeļiem un krējumu 250/5 gr [A07] (255g/94,2 kcal) Plovs ar cūkgaļu 75/200 gr (275g/388,4 kcal) Svaigi tomāti 100gr (100g/15,3 kcal) Kompots no saldētām ogām (200g/34,5 kcal)				Pusdienas Baltmaize/Rupjmaize 30/45 gr [A01] (75g/195,4 kcal) Rasolņiks ar krējumu un kartupeļiem 250 gr [A01, A07] (250g/123,9 kcal) Malta liellopu gaļa mērcē 50/50 gr [A01, A07] (100g/156,2 kcal) Vārīti griķi 150 gr (150g/256,0 kcal) Biešu salāti ar konservētiem zirnīšiem 100 gr (100g/60,5 kcal) Sulas dzēriens (200g/51,8 kcal)			
40,1	109,4	18,4	766,5	39,7	113,4	10,9	727,8	42,6	130,6	14,8	843,8
Launags Mājas bulciņa 50 gr [A01, A03, A07] (64g/195,2 kcal) Jogurts 200 ml [A07] (200g/124,0 kcal)				Launags Baltmaize ar kausēto sieru 40/30 gr [A01, A07] (70g/172,8 kcal) Banāni 200 gr (200g/157,2 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Launags			
9,1	45,7	11,3	319,2	10,6	63,7	5,3	343,0				
Vakariņas Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Kartupeļu pankūkas ar krējumu 150/20 gr [A01, A03, A07] (170g/285,8 kcal) Kefīrs [A07] (200g/100,0 kcal)				Vakariņas Baltmaize/Rupjmaize 20/20 gr [A01] (40g/106,8 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Gaļas salāti ar desu 200 gr [A03, A09, A10] (200g/380,7 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Vakariņas			
17,0	66,5	20,8	520,6	13,7	56,3	32,5	575,3				

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā			
82,4	284,9	74,7	2131,8	75,6	300,6	65,1	2100,3	75,8	164,2	40,5	1330,5
Sāls(g): 3,1000 ; Cukurs(g): 24,0000				Sāls(g): 2,4000 ; Cukurs(g): 22,3000				Sāls(g): 2,5000 ; Cukurs(g): 11,0000			
(50-103)	(225-413)	(67-107)	(2000-2700)	(50-103)	(225-413)	(67-107)	(2000-2700)	(50-103)	(225-413)	(67-107)	(2000-2700)
Sāls(g): (0-5) ; Cukurs(g): (0-25)				Sāls(g): (0-5) ; Cukurs(g): (0-25)				Sāls(g): (0-5) ; Cukurs(g): (0-25)			
13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: S. Steļmačonoka

Ēdienkarte nedēļai: 28.04.2025 - 04.05.2025

(2024.g) Stropu pamatskola - attīstības centrs _pamatskola (VB mērķdotācija)

Grupa: skolēni (1-4 kl.) diennakts

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Prosas biezputra ar sviestu 200 gr [A07] (200g/302,6 kcal) Kafija ar pienu [A07] (61g/54,7 kcal)				Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Biezpiena sierīšs (1 gab) 40 gr [A07] (40g/107,8 kcal) Mannas biezputra ar ievārījumu 200/20 gr [A01, A07] (220g/198,6 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Brokastis Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Siers 20 gr [A07] (20g/33,4 kcal) Biezpiens ar krējumu, rozīniem un cukuru 150/30/3 gr [A07] (196g/244,0 kcal) Kakao ar pienu [A07] (200g/74,5 kcal)			
16,2	63,3	24,2	525,5	11,6	67,2	16,4	454,2	33,2	33,6	25,7	486,7
Pusdienas Baltmaize/Rupjmaize 20/20 gr [A01] (40g/106,8 kcal) Borščs ar kartupeļiem, svaigiem kāpostiem un krējumu 250/5 gr [A07] (250g/78,1 kcal) Vistas kotlete 100 gr [A01, A03] (100g/217,5 kcal) Vārīti makaroni 150 gr [A01] (150g/200,4 kcal) Svaigu kāpostu salāti ar burkāniem 50 gr (50g/24,0 kcal) Ābolu kompots (200g/24,4 kcal)				Pusdienas Baltmaize/Rupjmaize 20/20 gr [A01] (40g/106,8 kcal) Dārzeņu zupa ar pupiņām, kartupeļiem un krējumu 250/5 gr [A07] (255g/94,2 kcal) Plovs ar cūkgaļu 75/200 gr (275g/388,4 kcal) Svaigi tomāti 100gr (100g/15,3 kcal) Kompots no saldētām ogām (200g/34,5 kcal)				Pusdienas Baltmaize/Rupjmaize 20/20 gr [A01] (40g/106,8 kcal) Rasolņiks ar krējumu un kartupeļiem 250 gr [A01, A07] (250g/123,9 kcal) Malta liellopu gaļa mērcē 50/50 gr [A01, A07] (100g/156,2 kcal) Vārīti griķi 150 gr (150g/256,0 kcal) Biešu salāti ar konservētiem zirnīšiem 100 gr (100g/60,5 kcal) Sulas dzēriens (200g/51,8 kcal)			
36,2	88,2	17,3	651,2	37,0	97,3	10,2	639,2	39,9	114,5	14,1	755,2
Launags Mājas bulciņa 50 gr [A01, A03, A07] (64g/195,2 kcal) Jogurts 200 ml [A07] (200g/124,0 kcal)				Launags Baltmaize ar kausēto sieru 40/30 gr [A01, A07] (70g/172,8 kcal) Banāni 200 gr (200g/157,2 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Launags			
9,1	45,7	11,3	319,2	10,6	63,7	5,3	343,0				
Vakariņas Baltmaize 20 gr [A01] (20g/60,0 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Kartupeļu pankūkas ar krējumu 150/20 gr [A01, A03, A07] (170g/285,8 kcal) Kefīrs [A07] (200g/100,0 kcal)				Vakariņas Baltmaize/Rupjmaize 20/20 gr [A01] (40g/106,8 kcal) Sviests 10 gr [A07] (10g/74,8 kcal) Gaļas salāti ar desu 200 gr [A03, A09, A10] (200g/380,7 kcal) Tēja ar cukuru (200g/13,0 kcal)				Vakariņas			
17,0	66,5	20,8	520,6	13,7	56,3	32,5	575,3				

Pirmdiena 28.04.2025				Otrdiena 29.04.2025				Trešdiena 30.04.2025			
Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal	Olb.	Ogļh.	Tauki	Kcal
Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā				Uzturvērtības kopā			
78,5	263,7	73,6	2016,5	72,9	284,5	64,4	2011,7	73,1	148,1	39,8	1241,9
Sāls(g): 2,8000 ; Cukurs(g): 21,0000				Sāls(g): 2,4000 ; Cukurs(g): 22,3000				Sāls(g): 2,5000 ; Cukurs(g): 11,0000			
(35-80)	(156-321)	(46-83)	(1390-2140)	(35-80)	(156-321)	(46-83)	(1390-2140)	(35-80)	(156-321)	(46-83)	(1390-2140)
Sāls(g): (0-5) ; Cukurs(g): (0-25)				Sāls(g): (0-5) ; Cukurs(g): (0-25)				Sāls(g): (0-5) ; Cukurs(g): (0-25)			
13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172				13.03.2012. MK noteikumi Nr.172			

Sagatavoja: S. Steļmačonoka