

Datums	Ēdiena nosaukums	Alergēni	Porcija, gr	Ogļhidrāti, g	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Sāls, g	Cukurs, g	Enerģ. vērtība (kcal)	Enerģ. kopā (kcal)
19.11.2025	2. Pusdienas									
	biezpiena sieriņš		40	5	2	5	0	0	69	596
	kāpostu, burkānu un ābolu salāti ar eļļu		70	5	2	2	0	0	46	
	maize 1.-4. kl	1, 1	10	7	1	0	0	0	32	
	maltās gaļas mērce 1.-4kl	6, 8	100	10	14	15	1	0	247	
	vārīti griķi 1.-4.klasei	1	220	38	8	2	1	0	203	

Ēdieni satur alerģēnus:, 1 labība, 6 piens un tā produkti

Datums	Ēdiena nosaukums	Alergēni	Porcija, gr	Ogļhidrāti, g	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Sāls, g	Cukurs, g	Enerģ. vērtība (kcal)	Enerģ. kopā (kcal)
20.11.2025	2. Pusdienas									
	ābolu sula		200	18	1	0	0	0	77	519
	cūkgāļa dārzeņu mērcē	8	100	7	17	16	1	0	194	
	kartupeļi 1.-4. kl		220	44	6	0	1	0	204	
	maize 1.-4. kl	1, 1	10	7	1	0	0	0	32	
	marinēts gurķis		50	2	1	0	0	0	11	

Ēdieni satur alerģēnus: 6 piens un tā produkti, 1 labība,

Datums	Ēdiena nosaukums	Alergēni	Porcija, gr	Ogļhidrāti, g	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Sāls, g	Cukurs, g	Enerģ. vērtība (kcal)	Enerģ. kopā (kcal)
21.11.2025	2. Pusdienas									
	biešu zupa 1.-4.klase	6	300	22	10	13	1	0	277	721
	maize 1.-4. kl	1, 1	10	7	1	0	0	0	32	
	rīsu pudiņš ar ķīseli	6, 6	90/100	39	5	11	0	6	411	

Ēdieni satur alerģēnus:6 piens un tā produkti, 1 labība

Ēdienkarte var tikt mainīta , ja netiek piegādāti kādi no produktiem.

Turlavas pamatskolas vecākais pavārs Aina Bulle