

Datums	Ēdiena nosaukums	Alerģēni	Porcija, gr	Ogļhidrāti, g	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Sāls, g	Cukurs, g	Enerģ. vērtība (kcal)	Enerģ. kopā (kcal)
19.11.2025.	1. Brokastis									773
	baltmaize ar sieru b/d	6, 6, 1	20/3/10	15	5	5	0	0	121	
	tēja pickwick		100	10	0	0	0	2	40	
	2. Pusdienas									
	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 1-2gad	8	80	9	9	7	1	0	158	
	vārīti griķi, 1-2	1	120	24	5	1	1	0	130	
	3. Launags									
	pienu zupa ar makaroniem 1-2 g	6, 1	150	24	5	5	0	3	142	
	sviestmaize 1-2 gad	6, 1	25/5	13	2	5	0	0	104	

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

Datums	Ēdiena nosaukums	Alerģēni	Porcija, gr	Ogļhidrāti, g	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Sāls, g	Cukurs, g	Enerģ. vērtība (kcal)	Enerģ. kopā (kcal)
20.11.2025.	1. Brokastis									806
	sv. tomāti		50	2	1	0	0	0	10	
	sviestmaize 1-2 gad	6, 1	25/5	13	2	5	0	0	104	
	tēja pickwick		100	10	0	0	0	2	40	
	2. Pusdienas									
	ābolu sula 1-2 gad		100	14	1	0	0	0	77	
	cūkgāļa dārzeņu mērcē	8	80	7	11	11	1	0	144	
	kartupeļi 5-6 gad.		180	23	5	0	1	0	160	
	marinēts gurķis		50	2	1	0	0	0	11	
	3. Launags									
	rīsu biezputra	6	120/20	26	7	4	0	3	156	
	sviestmaize 1-2 gad	6, 1	25/5	13	2	5	0	0	104	

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

Datums	Ēdiena nosaukums	Alerģēni	Porcija, gr	Ogļhidrāti, g	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Sāls, g	Cukurs, g	Enerģ. vērtība (kcal)	Enerģ. kopā (kcal)
21.11.2025.	1. Brokastis									800
	svmaize ar desu	6, 1	25/3/15	11	7	11	0	0	102	
	tēja pickwick		100	10	0	0	0	2	40	
	2. Pusdienas									
	biešu zupa 1-2gad	6	200	24	10	10	1	0	196	
	maize 1.-4. kl	1, 1	10	7	1	0	0	0	32	
	rīsu pudi'n's ar ķīseli	6, 6	60/80	29	5	9	0	6	231	
	3. Launags									
	jogurts ar pārslām 1-2 gad	1, 6	100/20	29	6	4	0	0	199	

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

Ēdienkarte var tikt mainīta , ja netiek piegādāti produkti.

Turlavas pamatskolas vecākā pavāre Aina Bulle

Datums	Ēdiena nosaukums	Alergēni	Porcija, gr	Ogļhidrāti, g	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Sāls, g	Cukurs, g	Energ. vērtība (kcal)	Energ. kopā (kcal)
19.11.2025	1. Brokastis									1042
	baltumaize ar sieru b/d	6, 6, 1	30/3/15	15	9	14	0	0	221	
	tēja pickwick		100	10	0	0	0	2	40	
	2. Pusdienas									
	biezpiena sieriņš		40	5	2	5	0	0	69	
	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 mērcē 1-2gad	8	80	9	15	7	1	0	158	
	vārīti griķi, 1-2	1	160	34	7	2	1	0	190	
	3. Launags									
	pienu zupa ar makaroniem 1-2 g	6, 1	200	24	5	3	0	3	182	
	sviestmaize 1-2 gad	6, 1	25/5	13	2	5	0	0	104	

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

Datums	Ēdiena nosaukums	Alergēni	Porcija, gr	Ogļhidrāti, g	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Sāls, g	Cukurs, g	Energ. vērtība (kcal)	Energ. kopā (kcal)
20.11.2025	1. Brokastis									1018
	sv. tomāti		50	2	1	0	0	0	10	
	sviestmaize 1-2 gad	6, 1	25/5	13	2	5	0	0	104	
	tēja pickwick		100	10	0	0	0	2	40	
	2. Pusdienas									
	ābolu sula 1-2 gad		100	18	1	0	0	0	77	
	cūkgala dārzeņu mērcē	8	100	7	17	13	1	0	194	
	kartupeļi		190	37	5	0	1	0	170	
	maize 1-4. kl	1, 1	10	7	1	0	0	0	32	
	marinēts gurķis		50	2	1	0	0	0	11	
	3. Launags									
	rīsu biežputra 3-6	6	150/30	38	7	6	0	3	276	
	sviestmaize 1-2 gad	6, 1	25/5	13	2	5	0	0	104	

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

Datums	Ēdiena nosaukums	Alergēni	Porcija, gr	Ogļhidrāti, g	Olbaltumvielas, g	Tauki, g	Sāls, g	Cukurs, g	Energ. vērtība (kcal)	Energ. kopā (kcal)
21.11.2025	1. Brokastis									1140
	svmaize ar desu	6, 1	30/5/20	18	9	11	0	0	202	
	tēja pickwick		100	10	0	0	0	0	40	
	2. Pusdienas									
	biešu zupa	6	250	34	10	13	1	0	296	
	maize 1-4. kl	1, 1	10	7	1	0	0	0	32	
	rīsu pudi'n's ar ķīseli	6, 6	60/80	29	5	9	0	6	311	
	3. Launags									
	jogurts ar pārslām	1, 6	150/20	39	6	4	0	0	259	

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

Ēdienkarte var tikt mainīta, ja netiek piegādāti laicīgi produkti.

Turlavas pamatskolas vecākais pavārs Aina Bulle.