

Datums: 29.09.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums
15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Biešu zupa ar gaļu	
150 Cūkgaļas gulašs	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Sakņu rosols ar svaigu gurķi	
150/30 Maizes zupa ar putukrējumu	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Biešu zupa ar gaļu	
150 Cūkgaļas gulašs	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Sakņu rosols ar svaigu gurķi	
150/30 Maizes zupa ar putukrējumu	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Biešu zupa ar gaļu	
150 Cūkgaļas gulašs	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Sakņu rosols ar svaigu gurķi	
150 Biezpiens ar krējumu	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 30.09.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums
15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Frikadeļu zupa	
100 Vistas suflē ar sieru	
160 Vārīti rīsi	
40 Diļļu mērce	
100 Biešu salāti	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Frikadeļu zupa	
100 Vistas suflē ar sieru	
160 Vārīti rīsi	
40 Diļļu mērce	
100 Biešu salāti	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Frikadeļu zupa	
100 Vistas suflē ar sieru	
160 Vārīti rīsi	
40 Diļļu mērce	
100 Biešu salāti	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 01.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums
15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar rīsiem	
150 Vistas gabaliņi krējuma mērcē	
160 Vārīti griķi	
100 Kāposti ar tomātiem un dillēm	
120/50 Biezpiena masa ar zemeņu mērci	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar rīsiem	
150 Vistas gabaliņi krējuma mērcē	
160 Vārīti griķi	
100 Kāposti ar tomātiem un dillēm	
120/50 Biezpiena masa ar zemeņu mērci	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar rīsiem	
150 Vistas gabaliņi krējuma mērcē	
160 Vārīti griķi	
100 Kāposti ar tomātiem un dillēm	
200 Jogurts bez garšas	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 02.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums
15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar puķukāpostiem	
100/40 Tefteli krējuma mērcē	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Ķirbju salāti	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Dārzeņu zupa ar kausētu sieru	
100/40 Tefteli krējuma mērcē	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Ķirbju salāti	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar puķukāpostiem	
100/40 Tefteli krējuma mērcē	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Ķirbju salāti	
100 Auglis sezonas	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250 Borščs	
100 Sautēts vistas šķiņķis	
160 Vārītas grūbas	
40 Krējuma mērce	
100 Burkānu salāti	
150/30 Maizes zupa ar putukrējumu	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250 Borščs	
100 Sautēts vistas šķiņķis	
160 Vārītas grūbas	
40 Krējuma mērce	
100 Burkānu salāti	
150/30 Maizes zupa ar putukrējumu	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250 Borščs	
100 Sautēts vistas šķiņķis	
1 gab Vārīta ola	
160 Vārītas grūbas	
40 Krējuma mērce	
100 Burkānu salāti	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250 Zivju zupa	
100 Viltotais zaķis	
200 Kartupeļu biežputra	
100 Dārzeņu salāti	
50 Smalkmaizīte	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250 Zivju zupa	
100 Viltotais zaķis	
200 Kartupeļu biežputra	
100 Dārzeņu salāti	
50 Smalkmaizīte	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250 Zivju zupa	
100 Viltotais zaķis	
200 Kartupeļu biežputra	
100 Dārzeņu salāti	
22 Kausētais sierīņš	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250 Dārzeņu zupa	
100 Cūkgaļas gulašs	
160 Kartupeļi, vārīti	
120 Sautēti svaigi kāposti	
100 Bumbieri	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250 Dārzeņu zupa	
100 Cūkgaļas gulašs	
160 Kartupeļi, vārīti	
120 Sautēti svaigi kāposti	
100 Bumbieri	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250 Dārzeņu zupa	
100 Cūkgaļas gulašs	
160 Kartupeļi, vārīti	
120 Sautēti svaigi kāposti	
100 Bumbieri	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 06.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Pupiņu zupa	
300 Plovs ar cūkgaļu	
100 Marinēts gurķis	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Dārzeņu zupa	
300 Plovs ar cūkgaļu	
100 Svaigs gurķis	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Pupiņu zupa	
300 Plovs ar cūkgaļu	
100 Marinēts gurķis	
150 Biezpiens ar krējumu	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 07.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Biešu zupa ar gaļu	
70/30 Vistas veltnis siera cepurē	
200 Zirņu biezenis	
100 Burkānu salāti	
120/50 Biezpiena masa ar zemeņu mērci	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Biešu zupa ar gaļu	
70/30 Vistas veltnis siera cepurē	
200 Kartupeļu biezputra	
100 Burkānu salāti	
120/50 Biezpiena masa ar zemeņu mērci	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Biešu zupa ar gaļu	
70/30 Vistas veltnis siera cepurē	
1 gab Vārīta ola	
200 Zirņu biezenis	
100 Burkānu salāti	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 08.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Puķukāpostu krēmzupa	
100 Cepta zivs	
100 Burkānu un zirnīšu sautējums	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Bumbieri	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Puķukāpostu krēmzupa	
100 Cepta zivs	
100 Burkānu un zirnīšu sautējums	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Bumbieri	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Puķukāpostu krēmzupa	
100 Cepta zivs	
100 Burkānu un zirnīšu sautējums	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Bumbieri	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 09.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Frikadeļu zupa	
350 Pupiņu sautējums ar gaļu	
100 Vinegrets	
1 gab. Biezpiena sieriņš	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Frikadeļu zupa	
300 Mājas sautējums	
100 Vinegrets	
1 gab. Biezpiena sieriņš	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Frikadeļu zupa	
350 Pupiņu sautējums ar gaļu	
100 Vinegrets	
40 Siers	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 10.10.2025

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Rasoļņiks	
100 Cepta vista	
200 Sautētas saknes	
100 Vācu salāti	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Dārzeņu krēmzupa	
100 Cepta vista	
200 Sautētas saknes	
100 Sakņu rosols ar svaigu gurķi	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Rasoļņiks	
100 Cepta vista	
200 Sautētas saknes	
100 Vācu salāti	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 11.10.2025

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar dārz. un pākšu pupām	
350 Makaroni ar gaļu	
100 Burkānu salāti	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar dārz. un pākšu pupām	
350 Makaroni ar gaļu	
100 Burkānu salāti	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar dārz. un pākšu pupām	
00/100 Griķi ar gaļu	
100 Burkānu salāti	
30 Galetes	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 12.10.2025

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Borščs	
140 Vistas aknu strogonovs	
160 Vārīti griķi	
100 Redīsu salāti	
100 Auglis sezonas	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Borščs	
140 Vistas aknu strogonovs	
160 Vārīti griķi	
100 Redīsu salāti	
100 Auglis sezonas	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Borščs	
140 Vistas aknu strogonovs	
160 Vārīti griķi	
100 Redīsu salāti	
100 Auglis sezonas	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 13.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Harčo
100	Zivju kotletes
100	Biešu salāti ar olu un pupiņām
200	Kartupeļu biezputra
80	Biezpiena sierīņš
1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Dārzeņu zupa
100	Zivju kotletes
100	Biešu salāti ar olu un pupiņām
200	Kartupeļu biezputra
80	Biezpiena sierīņš
1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Harčo
100	Zivju kotletes
100	Biešu salāti ar olu un pupiņām
200	Kartupeļu biezputra
40	Siers
1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 14.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Soļanka
100	Sautēts vistas šķiņķis
160	Vārīti rīsi
40	Krējuma mērce
100	Dārzeņu salāti
100	Bumbieri
1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Piena zupa ar makaroniem
100	Sautēts vistas šķiņķis
160	Vārīti rīsi
40	Krējuma mērce
100	Dārzeņu salāti
100	Bumbieri
1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Soļanka
100	Sautēts vistas šķiņķis
160	Vārīti griķi
40	Krējuma mērce
100	Dārzeņu salāti
100	Bumbieri
1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 15.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Vistas zupa ar rīsiem
100	Gaļas kebabs
160	Kartupeļi, vārīti
40	Tomātu mērce
100	Svaigi gurķi ar eļļu
200	Jogurts ar ogām 200 g
1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Vistas zupa ar rīsiem
100	Vistas kotlete
160	Kartupeļi, vārīti
40	Sakņu mērce
100	Svaigi gurķi ar eļļu
200	Jogurts ar ogām 200 g
1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Vistas zupa ar rīsiem
100	Gaļas kebabs
160	Kartupeļi, vārīti
40	Tomātu mērce
100	Svaigi gurķi ar eļļu
200	Jogurts bez garšas
1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 16.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Frikadeļu zupa
300	Plovs ar cūkgaļu
100	Marinēts gurķis
50	Smalkmaizīte
1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Frikadeļu zupa
300	Plovs ar vistas gaļu
100	Svaigs gurķis
50	Smalkmaizīte
1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250	Frikadeļu zupa
300	Plovs ar cūkgaļu
40	Vārīta desa
100	Marinēts gurķis
1	Tējas maisiņš 1gab.

Datums: 17.10.2025

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Dārzeņu zupa ar kausētu sieru	
100 Sautēts vistas šķiņķis	
160 Miežu biezputra	
100 Sakņu salāti	
120 Biezpiens ar rozīnēm	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Dārzeņu zupa ar kausētu sieru	
100 Sautēts vistas šķiņķis	
160 Miežu biezputra	
100 Sakņu salāti	
120 Biezpiens ar rozīnēm	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Dārzeņu zupa ar kausētu sieru	
100 Sautēts vistas šķiņķis	
160 Miežu biezputra	
100 Sakņu salāti	
150 Biezpiens ar krējumu	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 18.10.2025

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Skābeņu zupa	
120 Maltās gaļas mērce	
160 Vārīti makaroni	
100 Raibie salāti	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Ķirbju krēmzupa	
120 Maltās gaļas mērce	
160 Vārīti makaroni	
100 Raibie salāti	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Skābeņu zupa	
120 Maltās gaļas mērce	
160 Vārīti griķi	
100 Raibie salāti	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 19.10.2025

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Zemnieku zupa	
100 Bulgāru kotlete	
160 Kartupeļi, vārīti	
40 Krējuma mērce	
100 Burkānu salāti	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Brokoļu zupa	
100 Bulgāru kotlete	
160 Kartupeļi, vārīti	
40 Krējuma mērce	
100 Burkānu salāti	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Zemnieku zupa	
100 Bulgāru kotlete	
160 Kartupeļi, vārīti	
40 Krējuma mērce	
100 Burkānu salāti	
40 Siers	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 20.10.2025		
Ēd.	Rec.	Izn
Ēdiena nosaukums		
15ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Biešu zupa ar gaļu		
70/30 Vistas veltnis siera cepurē		
160 Vārīti rīsi		
40 Krējuma mērce		
100 Ķīnas kāpostu-paprikas salāti		
200 Jogurts ar ogām 200 g		
1 Tējas maisiņš 1gab.		
5ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Biešu zupa ar gaļu		
70/30 Vistas veltnis siera cepurē		
160 Vārīti rīsi		
40 Krējuma mērce		
100 Ķīnas kāpostu-paprikas salāti		
200 Jogurts ar ogām 200 g		
1 Tējas maisiņš 1gab.		
9ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Biešu zupa ar gaļu		
70/30 Vistas veltnis siera cepurē		
160 Vārīti rīsi		
40 Krējuma mērce		
100 Ķīnas kāpostu-paprikas salāti		
150 Apelsīns		
1 Tējas maisiņš 1gab.		

Datums: 21.10.2025		
Ēd.	Rec.	Izn
Ēdiena nosaukums		
15ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Sēņu zupa		
350 Makaroni ar gaļu un dārzeņiem		
100 Kabaču-tomātu sautējums		
100 Bumbieri		
1 Tējas maisiņš 1gab.		
5ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Sēņu krēmzupa		
350 Makaroni ar gaļu un dārzeņiem		
100 Kabaču-tomātu sautējums		
100 Bumbieri		
1 Tējas maisiņš 1gab.		
9ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Sēņu zupa		
00/100 Griķi ar gaļu		
100 Kabaču-tomātu sautējums		
100 Bumbieri		
1 Tējas maisiņš 1gab.		

Datums: 22.10.2025		
Ēd.	Rec.	Izn
Ēdiena nosaukums		
15ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Vistas zupa ar puķukāpostiem		
100 Olā cepta vistas karbonāde		
160 Vārīti griķi		
40 Krējuma mērce		
100 Burkānu salāti		
50 Kēkss		
1 Tējas maisiņš 1gab.		
5ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Vistas zupa ar puķukāpostiem		
100 Olā cepta vistas karbonāde		
160 Vārīti griķi		
40 Krējuma mērce		
100 Burkānu salāti		
50 Kēkss		
1 Tējas maisiņš 1gab.		
9ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Vistas zupa ar puķukāpostiem		
100 Olā cepta vistas karbonāde		
160 Vārīti griķi		
40 Krējuma mērce		
100 Burkānu salāti		
150 Biezpiens ar krējumu		
1 Tējas maisiņš 1gab.		

Datums: 23.10.2025		
Ēd.	Rec.	Izn
Ēdiena nosaukums		
15ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Borščs		
300 Slinkie tīteņi		
60 Siera/olu salāti		
150 Banāni		
1 Tējas maisiņš 1gab.		
5ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Borščs		
300 Slinkie tīteņi		
60 Siera/olu salāti		
150 Banāni		
1 Tējas maisiņš 1gab.		
9ps - diēta		
Agrās pusdienas + maize: 50 grami		
250 Borščs		
300 Slinkie tīteņi		
60 Siera/olu salāti		
150 Banāni		
1 Tējas maisiņš 1gab.		

Datums: 24.10.2025

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Pupiņu zupa	
100 Viltotais zaķis	
200 Kartupeļu biežputra	
40 Sakņu mērce	
100 Ķīnas kāposti ar gurķiem	
150 Apelsīns	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar rīsiem	
100 Viltotais zaķis	
200 Kartupeļu biežputra	
40 Sakņu mērce	
100 Ķīnas kāposti ar gurķiem	
150 Apelsīns	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Pupiņu zupa	
100 Viltotais zaķis	
200 Kartupeļu biežputra	
40 Sakņu mērce	
100 Ķīnas kāposti ar gurķiem	
150 Apelsīns	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 25.10.2025

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Dārzeņu zupa	
100 Cepta zivs	
100 Burkānu un zirnišu sautējums	
160 Vārīti rīsi	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Dārzeņu zupa	
100 Cepta zivs	
100 Burkānu un zirnišu sautējums	
160 Vārīti rīsi	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Dārzeņu zupa	
100 Cepta zivs	
100 Burkānu un zirnišu sautējums	
160 Vārīti griķi	
200 Jogurts bez garšas	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 26.10.2025

Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Soļanka	
100 Cūkgaļas kotlete ar sēņu pildījumu	
160 Vārīti makaroni	
100 Biešu salāti	
100 Bumbieri	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar nūdelēm	
100 Cūkgaļas kotlete ar sēņu pildījumu	
160 Vārīti makaroni	
100 Biešu salāti	
100 Bumbieri	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Soļanka	
100 Cūkgaļas kotlete ar sēņu pildījumu	
160 Kartupeļu biežputra	
40 Vārīta desa	
100 Biešu salāti	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 27.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Biešu zupa ar gaļu	
150 Cūkgaļas gulašs	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Sakņu rosols ar svaigu gurķi	
150/30 Maizes zupa ar putukrējumu	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Biešu zupa ar gaļu	
150 Cūkgaļas gulašs	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Sakņu rosols ar svaigu gurķi	
150/30 Maizes zupa ar putukrējumu	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Biešu zupa ar gaļu	
150 Cūkgaļas gulašs	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Sakņu rosols ar svaigu gurķi	
150 Biezpiens ar krējumu	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 28.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Frikadeļu zupa	
100 Vistas suflē ar sieru	
160 Vārīti rīsi	
40 Diļļu mērce	
100 Biešu salāti	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Frikadeļu zupa	
100 Vistas suflē ar sieru	
160 Vārīti rīsi	
40 Diļļu mērce	
100 Biešu salāti	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Frikadeļu zupa	
100 Vistas suflē ar sieru	
160 Vārīti rīsi	
40 Diļļu mērce	
100 Biešu salāti	
150 Banāni	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 29.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar rīsiem	
150 Vistas gabaliņi krējuma mērcē	
160 Vārīti griķi	
100 Kāposti ar tomātiem un dillēm	
120/50 Biezpiena masa ar zemeņu mērci	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar rīsiem	
150 Vistas gabaliņi krējuma mērcē	
160 Vārīti griķi	
100 Kāposti ar tomātiem un dillēm	
120/50 Biezpiena masa ar zemeņu mērci	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Vistas zupa ar rīsiem	
150 Vistas gabaliņi krējuma mērcē	
160 Vārīti griķi	
100 Kāposti ar tomātiem un dillēm	
200 Jogurts bez garšas	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

Datums: 30.10.2025
Ēd. Rec. Izn Ēdiena nosaukums

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Zirņu zupa	
100/40 Tefteli krējuma mērcē	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Ķirbju salāti	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Dārzeņu zupa ar kausētu sieru	
100/40 Tefteli krējuma mērcē	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Ķirbju salāti	
200 Jogurts ar ogām 200 g	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 grami
250 Zirņu zupa	
100/40 Tefteli krējuma mērcē	
160 Kartupeļi, vārīti	
100 Ķirbju salāti	
100 Auglis sezonas	
1 Tējas maisiņš 1gab.	

15ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250	Borščs
100	Sautēts vistas šķiņķis
160	Vārītas grūbas
40	Krējuma mērce
100	Burkānu salāti
150/30	Maizes zupa ar putukrējumu
1	Tējas maisiņš 1gab.

5ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250	Borščs
100	Sautēts vistas šķiņķis
160	Vārītas grūbas
40	Krējuma mērce
100	Burkānu salāti
150/30	Maizes zupa ar putukrējumu
1	Tējas maisiņš 1gab.

9ps - diēta

Agrās pusdienas	+ maize: 50 gram
250	Borščs
100	Sautēts vistas šķiņķis
1 gab	Vārīta ola
160	Vārītas grūbas
40	Krējuma mērce
100	Burkānu salāti
1	Tējas maisiņš 1gab.