



ĒDIENKARTE
7.-12.klase
2019./2020.m.g.



Brokastis



Pusdienas



Launags

Pirmdiena

- Svaigu kāpostu zupa ar zaļumiem
- Viltotais zaķis, vārīti gurķi
- Rīvētu burkānu salāti
- Kus kus
- Maize
- Ūdens/piens

Otrdiena

- Dārzeņu zupa ar tītara gaļas
bumiņām un krējumu
- Vistas kotletītes
- Vārīti kartupeļi
- Bešamel mērce
- Ķīnas kāpostu salāti ar gurķiem, olīveļļa
- Cēzera salāti
- Maize
- Kus kus
- Ūdens/piens/kefīrs

Trešdiena

- Šķelto zirņu zupa
- Sutināta vistas fileja mājās
saldzkābajā mērcē
- Gargraudu rīsi/kartupeļi
- Tomātu un gurķi salāti
- Kus kus
- Ūdens/piens

Ceturtdiena

- Laša zupa
- C/g cepetis un rīsi, krējuma mērce ar
zaļumiem
- Rīvētu biešu salāti
- Maize
- Kus kus
- Ūdens/piens

Piektdiena

- Siera zupa ar dārzeņiem, rīsu nūdelēm
- Makaroni ar gaļu
- Mazsālīts gurķis
- Maize
- Kus kus
- Ūdens/piens