



ĒDIENKARTE pirmsskola 2019./2020.m.g.



Brokastis



Pusdienas



Launags

Pirmdiena

- Četrgraudu pārslu putra ar ķiršu ievārtījumu
- Augļu plate
- Graudu/rudzu maize, siers, tomāts
- Piparmētru tēja

- Frikadeļu zupa
- Maltās gaļas mērce, griķi
- Gurķu salāti ar krējumu
- Maize
- Ūdens/piens

- Rauga pankūkas ar ievārtījumu/krējumu
- Tēja/ūdens/piens/sulas dzēriens

Otrdiena

- Septiņgraudu pārslu putra ar ķiršu ievārtījumu
- Graudu/rudzu maize, sviests, desa
- Kumelišu tēja, ūdens

- C/g kotletītes ar vārītiem kartupeļiem,
- sīpoliem mērce
- Rīvētu biešu salāti
- Maize
- Ūdens/piens, kefīrs

- Piena zupa ar makaroniem
- Tēja/ūdens/piens

Trešdiena

- Piecgraudu putra ar aveņu ievārtījumu
- Augļu plate
- Graudu/rudzu maize, gurķis
- Piparmētru tēja

- Biešu zupa
- Sutināta vistas gaļas mērce,
- pilngraudu makaroni/rīsi
- Svaigu kāpostu salāti
- Ūdens/piens

- Kanēļa maizītes un saldās maizītes bez kanēļa
- Augļi
- Tēja/ūdens

Ceturtdiena

- Kukurūzas putra ar zemeņu ievārtījumu
- Augļu plate
- Graudu/rudzu maize, sviests, siers, tomāta šķēlīte
- Kumelišu tēja

- Vistas gaļas zupa ar makaronu nūdelēm
- Kartupeļu un dārzeņu sautējums
- Burkānu salāti
- Ūdens/piens

- Makaroni ar sieru
- Tēja/ūdens/piens

Piektdiena

- Auzu pārslu putra ar ķiršu ievārtījumu
- Graudu/rudzu maize ar sieru, gurķi
- Kumelišu tēja

- Dārzeņu zupa
- V/g plov
- Tomātu salāti
- Maize
- Ūdens/piens

- Milzu pārslas ar jogurtu un pienu
- Tēja/ūdens/piens