

Pirmdiena - 28.11.	Otrdiena - 29.11.	Trešdiena - 30.11.	Ceturtdiena - 01.12.	Piektdiena - 02.12.
<u>Brokastis</u>	<u>Brokastis</u>	<u>Brokastis</u>	<u>Brokastis</u>	<u>Brokastis</u>
Auzu pārslu biezputra PN (170g) *A01	Auzu piena zupa ar nūdelēm (170g) *A01	Mannas biezputra PN (150g) *A01	Prosas biezputra PN (150g)	Kukurūzu biezputra ar auzu pienu (150g)
Ievārījums (10g)	Baltmaize ar desu PN (25g) *A01, A06	Ievārījums (5g)	Maize ar ievārījumu (25g) *A01	Ievārījums (10g)
Baltmaize ar desu PN (25g) *A01, A06	Zāļu tēja (150g)	Baltmaize (15g) *A01	Zāļu tēja (150g)	Kliju maize. (15g) *A01
Piparmētru tējas dzēriens (150g)	<u>Pusdienas</u>	Karkadē tējas dzēriens (150g)	<u>Pusdienas</u>	Gurķis svaigs. (15g)
<u>Pusdienas</u>	Skābētu kāpostu zupa PN (150g)	<u>Pusdienas</u>	Vistas buljons ar nūdelēm un dārzeņiem (150g) *A01	Zāļu tēja (150g)
Dārzeņu biezeņzupa PN (200g)	Viltotais zaķis PN (60g) *A01, A03	Biešu zupa ar gaļu PN (150g)	Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu PN (150g)	<u>Pusdienas</u>
Cūkgaļa mērcē (60g) *A01	Zirņu-kartupeļu biezenis PN (120g)	Vārīti griķi (100g)	Biešu salāti ar zirnīšiem (eļļa) (60g)	Zivju zupa (150g) *A04
Vārīti rīsi (100g)	Vitamīnu salāti ar eļļu (50g)	Dārzeņu mērce bez piena (30g) *A01	Rupjmaize. (35g) *A01	Cūkgaļas strogonovs PN (80g) *A01
Burkānu salāti ar āboliem un sēkliņām (50g)	Rupjmaize. (30g) *A01	Burkānu salāti ar āboliem un sēkliņām (50g)	Dažādu ogu dzēriens (150g)	Kartupeļi vārīti, apcepti (120g)
Rupjmaize. (20g) *A01	Jāņogu-ābolu dzēriens (150g)	Rupjmaize. (15g) *A01	<u>Launags</u>	Svaigu kāpostu salāti ar citronu-eļļas mērci (60g)
Ābolu dzēriens (120g)	<u>Launags</u>	Augļu-ogu dzēriens (120g)	Kliju maize ar olu PN (35g) *A01, A03	Rupjmaize. (30g) *A01
<u>Launags</u>	Makaroni ar malto gaļu (100g) *A01	<u>Launags</u>	Tēja (200g)	Dažādu ogu dzēriens (150g)
Pankūkas PN (80g) *A01, A03	Gurķis svaigs. (10g)	Ābolu pankūkas PN (90g) *A01, A03	Skolas auglis (100g)	<u>Launags</u>
Blenderētas zemenes (10g)	Tēja ar citronu. (100g)	Ievārījums (10g)	Olbaltumvielas: 25.4	Ābolu plātsmaize (80g) *A01, A03, A07
Tēja (150g)	Olbaltumvielas: 34.06	Zāļu tēja (200g)	Tauki: 33.96	Karkadē tējas dzēriens (200g)
Skolas auglis (100g)	Tauki: 34.62	Skolas auglis (100g)	Ogļhidrāti: 121.58	Olbaltumvielas: 28.13
Olbaltumvielas: 23.93	Ogļhidrāti: 105.12	Olbaltumvielas: 25.58	Kcal: 893.55	Tauki: 34.07
Tauki: 30.04	Kcal: 868.31	Tauki: 35.97		Ogļhidrāti: 114.18
Ogļhidrāti: 139.28		Ogļhidrāti: 147.73		Kcal: 875.85
Kcal: 923.23		Kcal: 1016.98		

Apstiprinu: _____