

# Ēdienkarte nedēļai (26.XI-30.XI)

## Pirmdiena

### Brokastis

Rīsu biezputra ar sviestu  
Sviestmaize ar desu  
Kakao dzēriens ar pienu

### Pusdienas

“Zemnieku” zupa, rupjmaize  
Makaroni ar malto gaļu  
Ķirbju salāti ar tomātiem  
Ābolu dzēriens

### Launags

Sulas uzpūtenis ar pienu  
Sviestmaize ar sieru  
Augļi  
*Dienā uzņemtās ckl 1115*

## Otrdiena

### Brokastis

Auzu pārslu biezputra ar sviestu  
Sviestmaize ar sieru  
Kafijas dzēriens ar pienu  
Augļi

### Pusdienas

Mājas skaidiņas ar vistas buljonu,  
saldskābā maize  
Paelja ar garnelēm, svaigs tomāts  
Citronu dzēriens

### Launags

Rūjienas salāti  
Rupjmaize ar sviestu  
Tēja ar cukuru  
*Dienā uzņemtās ckl 1055*

## Trešdiena

### Brokastis

Mannā biezputra ar kanēli  
Karstmaize ar āboliem  
Kakao dzēriens ar pienu

### Pusdienas

Zupa “Pavasaris”, rupjmaize  
Kotlete “Pārsteigums”, vārīti rīsi,  
svaigu tomātu salāti ar krējumu  
Citronu dzēriens

### Launags

Kartupeļu - gaļas pankūkas ar krējumu  
Marinēta gurķa šķēlīte  
Kefīrs ar cukuru  
*Dienā uzņemtās ckl 1046*

## Ceturtdiena

### Brokastis

Jogurts  
Maize ar biezpienu  
Kakao dzēriens ar pienu  
Augļi

### Pusdienas

Dārzeņu zupa, rupjmaize  
Gaļas rulete, kartupeļu biezenis,  
lapu salāti ar tomātu  
Citronu dzēriens

### Launags

Makaroni zemnieku gaumē  
Burkānu-redīsu salāti  
Tēja ar cukuru  
*Dienā uzņemtās ckl 1033*

## Piektdiena

### Brokastis

Piena prosas zupa ar sviestu  
Sviestmaize ar svaigu gurķi  
Augļi

### Pusdienas

Zivs soļanka ar krējumu, rupjmaize  
Sakņu sautējums ar gaļu  
Sulas dzēriens

### Launags

Biezpiens ar jogurtu  
Piens  
*Dienā uzņemtās ckl 1068*

# Labu ēstgribu!

