

# Privātās pamatskolas „Maksima” bērnodārza grupu un 1.-4.klases ĒDIENKARTE

## I nedēļa

### PIRMDIENA

#### Brokastis

Vārīta ola. Sviestmaize ar sieru un svaigu gurķi. Tēja. A03 A01 A07

#### Pusdienas

Rasoļņiks ar krējumu. Vistas fileja saldā krējuma mērcē. Vārīti rīsi. Biešu salāti ar augu eļļu. Dzēriens. Maize. Auglis. A07 A01

#### Launags

Kartupeļi cepti. Vistas tefteli. Gurķis konservēts. Tēja/Kefīrs vai jogurts. A07

### OTRDIENA

#### Brokastis

Rīsu biezputra. Sviestmaize ar svaigu tomātu. Kakao ar pienu. A01 A07

#### Pusdienas

Kartupeļu zupa ar frikadelēm. Vistas kotlete. Vārīti makaroni. Svaigs gurķis vai tomāts. Kompots. Maize. Auglis. A01 A03

#### Launags

Piena zupa ar nūdelēm. Bulciņa. A07 A01

### TREŠDIENA

#### Brokastis

Prosas biezputra. Sviestmaize ar sieru. Tēja. A01 A07

#### Pusdienas

Vistas zupa ar nūdelēm. Liellopu gaļas gulaša. Vārīti kartupeļi. Svaigu gurķu un tomātu salāti ar augu eļļu. Kompots. Maize. Auglis. A01

#### Launags

Rauga pankūkas ar ievārījumu. Tēja. A01

### CETURTDIENA

#### Brokastis

Biezpiena sacepums ar krējumu. Sviestmaize ar desu. Kafija ar pienu. A07 A01

#### Pusdienas

Biešu zupa ar krējumu. Zivju kotlete/Cepta zivs. Vārīti kartupeļi. Svaigs gurķis vai tomāts. Dzēriens. Maize. Auglis. A07 A01 A04

#### Launags

Makaroni ar sieru. Vafeles / cepumi. Tēja / Kefīrs vai jogurts. A01 A07

### PIEKTDIENA

#### Brokastis

Mannas biezputra ar ievārījumu. Sviestmaize ar sieru. Tēja. A01 A07

#### Pusdienas

Zivju zupa vai cita zupa. Vistas šķiņķa karbonāde/vistas tefteli. Vārīti rīsi. Svaigs gurķis vai tomāts/ vinegrets vai gaļas salāti. Kompots. Maize. Auglis. A04 A01 A03

#### Launags

Griķi ar pienu. Šokolādes sieriņš. A01 A07

## II nedēļa

### PIRMDIENA

#### Brokastis

Makaroni ar sieru. Vafeles vai cepumi. Tēja. A01

#### Pusdienas

Svaigu kāpostu zupa ar krejumu vai skābu kapostu zupa ar krējumu.

Vistas tefteli / cepta vista. Vārīti rīsi. Burkānu salāti ar augu eļļu.

Dzēriens. Auglis. Maize. A07 A01

#### Launags

Plānās pankūkas ar biezpienu. Tēja/Kefīrs vai jogurts. A01 A07

### OTRDIENA

#### Brokastis

Auzu pārslu biezputra. Sviestmaize ar svaigu gurķi. Kakao ar pienu. A01 A07

#### Pusdienas

Vistas zupa ar nūdelēm. Vistas kotlete. Kartupeļu biezenis. Svaigs gurķis vai tomāts.

Kompots. Auglis. Maize. A01

#### Launags

Biezpiena plācenīši ar krējumu. Tēja. A07 A03

### TREŠDIENA

#### Brokastis

Mannas biezputra ar ievārījumu. Sviestmaize ar sieru. Tēja. A01 A07

#### Pusdienas

Pupiņu zupa. Cūkgaļas befstroganovs. Vārīti makaroni. Svaigs gurķis vai tomāts/dārzeņu salāti. Dzēriens. Auglis. Maize. A01

#### Launags

Kartupeļu biezenis ar cīsiņiem. Tēja/Kefīrs vai jogurts. A07

### CETURTDIENA

#### Brokastis

Omlete ar konservētiem zaļiem zirnīšiem. Sviestmaize ar svaigu tomātu.

Kafija ar pienu. A03 A01 A07

#### Pusdienas

Biešu zupa ar krējumu. Zivju kotlete. Vārīti kartupeļi. Svaigs gurķis vai tomāts.

Dzēriens. Auglis. Maize. A07 A04 A01

#### Launags

Makaroni ar vistas gaļu. Tēja. A01

### PIEKTDIENA

#### Brokastis

Biezputra „Pieci graudi”. Sviestmaize ar desu. Tēja. A01 A07

#### Pusdienas

Kartupeļu zupa ar frikadelēm vai cita zupa. Vistas fileja. Vārīti griķi. Svaigs gurķis vai tomāts/svaigu vai skābu kāpostu salāti ar eļļu.

Dzēriens. Auglis. Maize. A01

#### Launags

Kellogs ar pienu. Bulciņa ar kanēli. A07 A01

Ēdienkarti sastādīja:

*pavāre* \_\_\_\_\_

# Privātās pamatskolas un ģimnāzijas „Maksima” ĒDIENKARTE I nedēļa

## PIRMDIENA

### Brokastis

Vārīta ola. Sviestmaize ar sieru un svaigu gurķi. Tēja. A03 A01 A07

### Pusdienas

Vistas fileja salda krējuma mērcē. Vārīti rīsi. Biešu salāti. Dzēriens. Maize. A07 A01

### Launags

Kartupeļi cepti. Vistas teftēļi. Gurķis konservēts. Tēja. A07

## OTRDIENA

### Brokastis

Rīsu biezputra. Sviestmaize ar svaigu tomātu. Kakao ar pienu. A01 A07

### Pusdienas

Kartupeļu zupa ar frikadelēm. Vistas kotlete. Vārīti makaroni. Svaigs gurķis vai tomāts. Kompots. Maize. Auglis. A01 A03

### Launags

Piena zupa ar nūdelēm. Bulciņa. A07 A01

## TREŠDIENA

### Brokastis

Prosas biezputra ar sviestu. Sviestmaize ar sieru. Tēja. A01 A07

### Pusdienas

Liellopu gaļas gulaša. Vārīti kartupeļi. Svaigu gurķu un tomātu salāti ar augu eļļu. Kompots. Maize. A01

### Launags

Rauga pankūkas ar ievārījumu. Tēja. A01

## CETURTDIENA

### Brokastis

Biezpiena sacepums ar krējumu. Sviestmaize ar desu. Kafija ar pienu. A07 A01

### Pusdienas

Biešu zupa ar krējumu. Cēpta zivs. Vārīti kartupeļi. Svaigs gurķis vai tomāts. Dzēriens. Maize. Auglis. A07 A01 A04

### Launags

Makaroni ar sieru. Vafeles vai cepumi. Tēja. A01 A07

## PIEKTDIENA

### Brokastis

Mannas biezputra ar ievārījumu. Sviestmaize ar sieru. Tēja. A01 A07

### Pusdienas

Vistas šķiņķa karbonāde. Vārīti rīsi. Vinegrets vai gaļas salāti. Kompots. Maize. A03 A01

### Launags

Griķi ar pienu. Šokolādes sieriņš.

## II nedēļa

### PIRMDIENA

#### Brokastis

Makaroni ar sieru. Vafeles vai cepumi. Tēja. A01

#### Pusdienas

Cepta vista. Vārīti rīsi. Burkānu salāti. Dzēriens. Maize. A07 A01

#### Launags

Plānās pankūkas ar biezpienu. Tēja. A01 A07

### OTRDIENA

#### Brokastis

Auzu pārslu biezputra. Sviestmaize ar svaigu gurķi. Kakao ar pienu. A01 A07

#### Pusdienas

Vistas zupa ar nūdelēm. Vistas kotlete. Kartupeļu biezenis. Svaigs gurķis vai tomāts. Auglis. Kompots. Maize. A01 A03 A07

#### Launags

Biezpiena plācenīši ar krējumu. Tēja. A07 A03

### TREŠDIENA

#### Brokastis

Mannas biezputra ar ievārījumu. Sviestmaize ar sieru. Tēja. A01 A07

#### Pusdienas

Cūkgaļas befstroganovs. Vārīti makaroni. Dārzeņu salāti ar krējumu. Dzēriens. Maize. A01

#### Launags

Kartupeļu biezenis ar cīsiņu. Tēja. A07

### CETURTDIENA

#### Brokastis

Omlēte ar konservētiem zaļiem zirnīšiem. Sviestmaize ar gurķi. A03 A01 A07  
Kafija ar pienu.

#### Pusdienas

Biešu zupa ar krējumu. Zivju kotlete. Vārīti kartupeļi. Svaigs gurķis vai tomāts. Auglis. Dzēriens. Maize. A07 A04 A01

#### Launags

Makaroni ar gaļu. Tēja. A01

### PIEKTDIENA

#### Brokastis

Biezputra „Piecī graudi”. Sviestmaize ar sieru. Tēja. A01 A07

#### Pusdienas

Vistas fileja. Vārīti griķi. Svaigu/skābu kāpostu salāti ar eļļu. Dzēriens. Maize. A01

#### Launags

Kellogs ar pienu. Bulciņa ar kanēli. A07 A01

Ēdienkarti sastādīja:

*pavāre* \_\_\_\_\_