

	Otrdiena							
1	Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu	1/70	0.32	55,55	1,32	3,16	5,47	
2	Svaigu kāpostu zupa ar krējumu	200/10	0.31	91.01	1.83	5.19	9.23	7
3	Dabīga malta vistas gaļas šnicele	1/80	1,27	280,1	14,98	21,56	7,18	1,3
4	Vārīti rīsi	1/150	0.27	204.1	3.8	3.84	38.59	7
5	Kakao	1/200	0,27	82.72	3.39	3.24	10.01	7
6	Maize	1/40	0,16	94,28	3,2	0,36	19,56	1
			2,60	807,79	28,52	36,85	90,04	
1	Redīsu un burkānu salāti	1/80	0,36	51,59	0,96	4,08	2,87	
2	Piena zupa ar rīsiem	1/200	0.29	115,33	3,99	2,67	18,83	7
3	Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	180/40	1.40	475,5	16,33	25,52	45,12	1
4	Sulas dzēriens	1/200	0.39	65.08	0.24	-	16.03	
5	Maize	1/40	0,16	94,28	3,2	0,36	19,56	1
			2.60	801,78	24,72	32,63	102,41	
	Trešdiena							
1	Biešu salāti	1/80	0,17	86,5	1,11	5,2	9,96	
2	Pupiņu zupa ar krējumu	200/10	0,32	127,2	5,39	4,86	15,46	7
3	Cūkgaļas stroganovs	50/60	1,35	264,6	15,11	19,87	6,34	1,7
4	Vārīti griķi	1/150	0,52	226,1	7,42	5,1	39,64	
5	Tēja	1/200	0.08	20.01	-	-	4.99	
6	Maize	1/40	0,16	94.28	3.2	0,36	19.56	1
			2,60	818,69	32,23	35,39	95,95	
1	Svaigu kāpostu salāti ar papriku	1/80	0.30	59,69	1.18	3.51	4,61	
2	Dārzeņu zupa ar krējumu	200/10	0,35	90,3	1,94	5,9	8,06	7
3	Vistas gaļas plācenīši	1/80	1.12	275,03	12,8	18,93	14,09	1
4	Vārīti makaroni	1/150	0.28	215,9	6,24	2,66	41,76	1
5	Maize	1/40	0,16	94.28	3.2	0,36	19.56	1
6	Sulas dzēriens	1/200	0.39	65.08	0.24	-	16.03	
			2.60	800,28	25,6	31,36	104,11	

Alerģēni:

A01 Graudaugi, kas satur lipekli(glutenu)

A04 Zivis un to produkti

A07 piens un tā produkti

A03 olas un to produkti

A05 zemesrieksti un to produkti

A08 Rieksti un to produkti

SIA Latgales Optima

Ēdienkarte
7.-12.klases
07.04.-10.04.2026.



Oksana Petaško
Oksana Petaško

Ceturtdiena								
1	Svaigu kāpostu salāti ar gurķi	1/60	0,16	44,99	0,96	3,06	3,41	
2	Cūkgaļās sautējums ar kartupeļiem un gurķiem	50/250	1,62	437,9	15,38	26,29	30,99	7
3	Cepumi	1/30	0,22	130,4	2,37	4,14	20,91	1,3,7
4	Auglis (banāns)	1/90	0,25	81,81	1,35	0,09	18,9	
5	Kakao	1/200	0,27	82,72	3,39	3,24	10,01	7
6	Maize	1/20	0,08	47,14	1,6	0,18	9,78	1
			2,60	824,96	25,05	37	94	
1	Burkānu salāti Mozaika	1/60	0,23	53,14	0,88	3,16	5,30	
2	Cepta vista	1/70	1,49	304,65	17,78	21,85	3,73	
3	Vārīti rīsi	150	0,27	204,13	3,8	3,34	38,59	7
4	Smalkmaizīte ar kanēli	1/50	0,36	221,26	7,56	7,12	34,03	1,3,7
5	Ogu kompots	200	0,17	28,6	0,22	0,11	6,70	
6	Maize	1/20	0,08	47,14	1,6	0,18	9,78	1
			2,60	858,92	31,84	35,76	98,13	
Piektdiena								
1	Svaigu kāpostu salāti ar kukurūzu	1/70	0,23	71,61	1,39	4,22	6,63	
2	Biešu zupa ar pupiņām un krējumu	200/10	0,37	137,28	5,38	16,83	137,28	7
3	Cepta karbonāde	1/70	1,29	198,21	12,71	13,76	6,61	1,3
4	Vārīti makaroni	150	0,28	215,9	6,24	2,66	41,76	1
5	Kakao	1/200	0,27	82,72	3,39	3,24	10,01	7
6	Maize	1/40	0,16	94,28	3,2	0,36	19,56	1
			2,60	800	32,31	29,62	101,4	
1	Burkānu salāti ar āboliem	1/80	0,19	65,68	0,93	4,15	6,18	
2	Nūdeļu zupa ar kartupeļiem un krējumu	200/10	0,35	15,04	3,53	5,38	21,96	7,1
3	Vistas gaļas gulašs	50/50	1,24	244,66	14,36	17,54	7,34	1
4	Vārīti rīsi	150	0,27	204,13	3,8	3,34	38,59	7
5	Sulas dzēriens	1/200	0,39	65,08	0,24	-	16,03	
6	Maize	1/40	0,16	94,28	3,2	0,36	19,56	1
			2,60	824,23	26,06	30,77	109,66	

Skolas piens 500 ml 7.-9.klases

Apstiprinu:

D.Mazaļevska

Saskaņots:

Daugavpils Valsts ģimnāzijas
veselības aizsardzības
koordinētājs

E. Jusupova

Alerģēni:

A01 Graudaugi, kas satur lipekli(glutenu)

A04 Zivis un to produkti

A07 piens un tā produkti

A03 olas un to produkti

A05 zemesrieksti un to produkti

A08 Rieksti un to produkti