SIA "MEŽVIDI"

SASKAŅOJU:

Skolas direktors

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola

PUSDIENAS 1.-4. kl.

21.09. – 25.09. 2026. g.

PIRMDIENA 21.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Salāti “”Dārzeņu asorti” ar eļļu	1	50	€0,18				
	*Gulašs cūkgaļas *(Kvieši)*	1	50/50	€1,27				
	*Vārīti rīsi *(sviests)*	1	120	€0,26				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Ogu kompots	1	200	€0,18				
	*Cepumi *(Kvieši,olas)*	1	10	€0,11				
	*Bumbieri	1	120	€0,33				
				€2,40	**22,56**	**27,30**	**98,94**	**732,39**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,88 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 7,5 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

OTRDIENA 22.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Borščs ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	200/5	€0,35				
	*Svaig. kāpostu salāti ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	50	€0,17				
	*Vistas kotlete *(Kvieši, olas)*	1	50	€0,90				
	*Kartupeļu biezenis *(Piens, sviests)*	1	150	€0,36				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200	€0,11				
	*Apelsīni		150	€0,44				
				€2,40	**21,22**	**26,09**	**83,74**	**659,56**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,80 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

TREŠDIENA 23.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Svaiga saldā paprika	1	50	€0,25				
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu *(Kvieši)*	1	130/50	€1,36				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Šokolādes krēms *(Krējums skābs)*	1	50	€0,41				
	*Kafijas dzēriens ar pienu un cukuru *(Piens)*	1	200	€0,31				
				€2,40	**25,55**	**28,80**	**75,10**	**662,44**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,72 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami

SIA "MEŽVIDI"

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola

PUSDIENAS 1.-4. kl.

21.09. – 25.09. 2026. g.

CETURTDIENA 24.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	50	€0,13				
	*Vistas gaļas sitenis *(Olas, kvieši)*	1	70	€1,16				
	*Kartupeļu biezenis *(Sviests, piens)*	1	150	€0,36				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Kakao ar pienu un cukuru *(Piens)*	1	200	€0,31				
	*Sviestmaize ar ievārījumu *(Kvieši,sviests)*	1	20/3/15	€0,37				
				€2,40	**27,47**	**28,89**	**82,76**	**700,86**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,08 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

PIEKTDIENA 25.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas	*Ziedkāpostu zupa ar pupiņām un krējumu *(Krējums skābs)*	1	200/5	€0,44				
	*Biešu salāti ar eļļu	1	50	€0,18				
	*Kotlete "Jaunība" (cūkgaļas) *(Olas, siers, kvieši)*	1	60	€1,10				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	120	€0,22				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Tējas dzēriens ar cukuru	1	200	€0,11				
	*Bumbieri		130	€0,28				
				€2,40	**24,36**	**27,49**	**97,62**	**736,17**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,72 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:_____A.Kuzņecova MEDMĀSA_____

SIA "MEŽVIDI"

SASKAŅOJU:

Skolas direktors

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola

PUSDIENAS 10.-12. kl.

21.09. – 25.09. 2026. g.

PIRMDIENA 21.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Salāti "Dārzeņu asorti" ar eļļu	1	60	€0,22				
	*Gulašs cūkgaļas *(Kvieši)*	1	50/50	€1,26				
	*Vārīti rīsi *(Sviests)*	1	140	€0,33				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Ogu kompots	1	200	€0,18				
	*Cepumi *(Kvieši,olas)*	1	10	€0,11				
	*Āboli	1	150	€0,23				
				€2,40	**23,75**	**29,41**	**113,74**	**816,57**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,96 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

OTRDIENA 22.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Svaigu kāpostu salāti ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	50	€0,17				
	*Borščs ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	200/15	€0,38				
	*Vistas kotlete *(Kvieši, olas)*	1	70	€1,12				
	*Kartupeļu biezenis *(Piens, sviests)*	1	150	€0,36				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200	€0,11				
	*Bumbieri		100	€0,19				
				€2,40	**28,04**	**32,65**	**98,14**	**800,03**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,88 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

TREŠDIENA 23.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Balto redīsu salāti ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	50	€0,20				
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu *(Kvieši)*	1	140/60	€1,41				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Šokolādes krēms *(Krējums skābs)*	1	50	€0,41				
	*Kafijas dzēriens ar *pienu* un cukuru	1	200	€0,31				
				€2,40	**29,28**	**36,51**	**90,37**	**806,89**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,0 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami

SIA "MEŽVIDI"

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola

PUSDIENAS 10.-12. kl.

21.09. – 25.09. 2026. g.

CETURTDIENA 24.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	50	€0,13				
	*Vistas gaļas sitenis *(Kvieši, olas)*	1	70	€1,16				
	*Kartupeļu biezenis *(Sviests, piens)*	1	150	€0,36				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Kakao ar pienu un cukuru *(Piens)*	1	200	€0,31				
	*Āboli		120	€0,16				
	*Skolas maizīte *(Kvieši,olas)*	1	50	€0,21				
				€2,40	**29,91**	**32,07**	**104,16**	**816,57**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,08 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

PIEKTDIENA 25.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas	*Ziedkāpostu zupa ar pupiņām un krējumu *(Krējums skābs)*	1	200/5	€0,44				
	*Biešu salāti ar eļļu	1	50	€0,18				
	*Kotlete "Jaunība" (cūkgaļas) *(Olas, siers, kvieši)*	1	70	€1,29				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	170	€0,31				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Tējas dzēriens ar cukuru	1	200	€0,11				
				€2,40	**28,04**	**33,79**	**105,19**	**825,67**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,96 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:_____A.Kuzņecova MEDMĀSA_____

SIA "MEŽVIDI"

SASKAŅOJU:

Skolas direktors

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola

PUSDIENAS 5.-9. kl.

21.09. – 25.09. 2026. g.

PIRMDIENA 21.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Salāti “”Dārzeņu asorti” ar eļļu	1	50	€0,18				
	*Gulašs cūkgaļas *(Kvieši)*	1	50/50	€1,27				
	*Vārīti rīsi *(sviests)*	1	120	€0,26				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Ogu kompots	1	200	€0,18				
	*Cepumi *(Kvieši,olas)*	1	10	€0,11				
	*Bumbieri	1	120	€0,33				
				€2,40	**22,56**	**27,30**	**98,94**	**732,39**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,88 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 7,5 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

OTRDIENA 22.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Borščs ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	200/5	€0,35				
	*Svaig. kāpostu salāti ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	50	€0,17				
	*Vistas kotlete *(Kvieši, olas)*	1	60	€1,06				
	*Kartupeļu biezenis *(Piens, sviests)*	1	150	€0,36				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200	€0,11				
	*Āboli		150	€0,28				
				€2,40	**25,20**	**28,02**	**96,17**	**739,78**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,84 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

TREŠDIENA 23.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Balto redīsu salāti ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	50	€0,20				
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu *(Kvieši)*	1	140/60	€1,41				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Šokolādes krēms *(Krējums skābs)*	1	50	€0,41				
	*Kafijas dzēriens ar *pienu* un cukuru	1	200	€0,31				
				€2,40	**29,28**	**36,51**	**90,37**	**806,89**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,0 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami

SIA "MEŽVIDI"

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola

PUSDIENAS 5.-9. kl.

21.09. – 25.09. 2026. g.

CETURTDIENA 24.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Burkānu salāti ar eļļu	1	50	€0,13				
	*Vistas gaļas sitenis *(Olas, kvieši)*	1	70	€1,16				
	*Kartupeļu biezenis *(Sviests, piens)*	1	150	€0,36				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Kakao ar pienu un cukuru *(Piens)*	1	200	€0,31				
	*Sviestmaize ar ievārījumu *(Kvieši,sviests)*	1	20/3/15	€0,37				
				€2,40	**27,47**	**28,89**	**82,76**	**700,86**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,08 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

PIEKTDIENA 25.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas	*Ziedkāpostu zupa ar pupiņām un krējumu *(Krējums skābs)*	1	200/5	€0,44				
	*Biešu salāti ar eļļu	1	50	€0,18				
	*Kotlete "Jaunība" (cūkgaļas) *(Olas, siers, kvieši)*	1	60	€1,10				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	120	€0,22				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Tējas dzēriens ar cukuru	1	200	€0,11				
	*Bumbieri		130	€0,28				
				€2,40	**24,36**	**27,49**	**97,62**	**736,17**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,72 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA:_____A.Kuzņecova MEDMĀSA_____

SASKAŅOTS:
skolas
direktors

SIA "MEŽVIDI"

Papildus izvēle pie kompleksajām pusdienām

5.-12. kl.

21.09. – 25.09. 2026. g.

PIRMDIENA 21.09.
(*Slīpā rakstā norādīti alergēni)*

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Cepta vista *(Krējums skābs)*	1	70	€1,20				
	*Vārīti griķi *(Sviests)*	1	130	€0,40				
	*Vafeles *(Kvieši, olas)*	1	12	€0,11				

OTRDIENA 22.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Skābeņu zupa ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	250/5	€0,40				
	*Vārīti cīsiņi	1	70	€1,00				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	140	€0,27				

TREŠDIENA 23.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Slinkie cepelīni ar cūkgaļu un krējumu *(Krējums skābs, olas, kvieši)*	1	180/20	€1,45				
	*Ogu ķīselis ar putukrējumu *(Piena olbaltumvielas)*	1	150/10	€0,40				

CETURTDIENA 24.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Plovs cūkgaļas	1	50/140	€1,29				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	140	€0,27				
	*Baltmaize ar vārītu iebiezinātu pienu *(Kvieši, piens)*	1	20/20	€0,32				

PIEKTDIENA 25.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Kartupeļu zupa ar sēnēm un krējumu *(Krējums skābs)*	1	200/5	€0,44				
	*Makaroni ar sieru *(Kvieši,siers,sviests)*	1	200/30	€1,00				
	*Kartupeļu vārīti *(Sviests)*	1	150	€0,36				

Ēdnīcas vadītāja: Tehnologs: Medmāsa: