SIA "MEŽVIDI"

SASKAŅOJU:
Skolas direktors

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola

PUSDIENAS 1.-4. kl.

28.09. – 02.10. 2026. g.

PIRMDIENA 28.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Svaigie tomāti	1	50	€0,22				
	*Sautēta cūkgaļa *(Kvieši, krējums skābs)*	1	50/50	€1,26				
	*Vārīti griķi *(Sviests)*	1	110	€0,34				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Ogu kompots	1	200	€0,18				
	*Cepumi *(kvieši, olas)*	1	10	€0,11				
	*Āboli		150	€0,22				
				€2,40	**25,94**	**24,38**	**97,66**	**718,94**

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

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

OTRDIENA 29.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Biešu zupa ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	150/5	€0,24				
	*Ķīnas kāpostu-gurķu salāti ar eļļu	1	50	€0,22				
	*Mājas sautējums ar cūkgaļu	1	50/120	€1,40				
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200	€0,11				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Apelsīni		130	€0,36				
				€2,40	**26,62**	**25,02**	**84,38**	**673,13**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,48 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

TREŠDIENA 30.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Sv. kāpostu salāti ar eļļu	1	60	€0,20				
	*Cūkgaļas kotlete ar biezpienu *(Biezpiens,kvieši,piens)*	1	60	€1,01				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	120	€0,22				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Kakao ar pienu un cukuru *(Piens)*	1	200	€0,31				
	*Banāni ar zemeņu mērci	1	60/30	€0,59				
				€2,40	**24,50**	**25,98**	**91,39**	**701,35**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,96 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami

SIA "MEŽVIDI"

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola)

PUSDIENAS 1.-4. kl.

28.09. – 02.10. 2026. g.

CETURTDIENA 01.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Kartupeļu zupa ar cūkgaļas frikadelēm un krējumu *(Krējums skābs,olas)*	1	200/15/5	€0,51				
	*Burkānu salāti ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	50	€0,12				
	*Vistas frikase *(Krējums skābs)*	1	60/20	€1,14				
	*Vārīti rīsi *(Sviests)*	1	120	€0,25				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Kafijas dzēriens ar pienu un cukuru *(Piens)*	1	200	€0,31				

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,86 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

PIEKTDIENA 02.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Biešu salāti ar eļļu	1	60	€0,18				
	*Cūk gaļas kotlete *(Kvieši, olas)*	1	50	€0,93				
	*Kartupeļi vārīti *(Sviests)*	1	160	€0,39				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Biezpiena sieriņš "'Mazulis" *(Piena olbaltumvielas)*	1	40	€0,52				
	*Tēja ar cukuru	1	200	€0,11				
	*Bumbieri		100	€0,20				
				€2,40	**22,47**	**28,99**	**85,65**	**700,26**

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

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

ĒDNĪCAS
VADĪTĀJA:_____A.Kuzņecova MEDMĀSA:___ _____

TEHNOLOGS:_____J.Suško

SIA "MEŽVIDI"

SASKAŅOJU:
Skolas direktors

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola

PUSDIENAS 10.-12. kl.

28.09. – 02.10. 2026. g.

PIRMDIENA 28.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Salāti "Dārzeņu asorti" ar eļļu	1	50	€0,18				
	*Sautēta cūkgaļa *(Kvieši, krējums skābs)*	1	50/50	€1,26				
	*Vārīti griķi *(Sviests)*	1	140	€0,41				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Ogu kompots	1	200	€0,18				
	*Cepumi *(kvieši, olas)*	1	10	€0,11				
	*Āboli	1	125	€0,19	0,44	0,78	14,82	69,81
				€2,40	**27,47**	**29,67**	**109,55**	**819,13**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,16 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

OTRDIENA 29.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Biešu zupa ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	200/5	€0,32				
	*Ķīnas kāpostu-gurķu salāti ar eļļu	1	50	€0,22				
	*Mājas sautējums ar cūkgaļu	1	50/160	€1,50				
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200	€0,11				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Banāni		100	€0,18				
				€2,40	**28,34**	**29,95**	**113,92**	**839,60**

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

TREŠDIENA 30.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Sv. kāpostu salāti ar eļļu	1	70	€0,24				
	*Cūkgaļas kotlete ar biezpienu *(Biezpiens, kvieši, piens)*	1	70	€1,16				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	150	€0,27				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Kakao ar pienu un cukuru *(Piens)*	1	200	€0,31				
	*Cepumi ar biezpienu *(Kvieši, piena olbalt.,olas)*	1	10/20	€0,17				
	*Āboli		120	€0,18				
				€2,40	**34,19**	**32,63**	**115,51**	**858,20**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,16 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

SIA "MEŽVIDI"

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola

28.09. – 02.10. 2026. g.

PUSDIENAS 10.-12. kl.

CETURTDIENA 01.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Burkānu salāti ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	70	€0,20				
	*Vistas frikase ar sieru *(Krējums skābs,siers)*	1	50/20/10	€1,18				
	*Vārīti rīsi *(Sviests)*	1	150	€0,36				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Kafijas dzēriens ar pienu un cukuru *(Piens)*	1	200	€0,31				
	*Skolas maizīte *(Kvieši, olas)*	1	50	€0,28				
				€2,40	**32,84**	**27,45**	**123,65**	**874,95**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,16 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

PIEKTDIENA 02.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas	*Vistas gaļas zupa ar rīsiem un krējumu *(Krējums skābs)*	1	250/15	€0,59				
	*Biešu salāti ar eļļu	1	70	€0,21				
	*Cūk gaļas kotlete *(Kvieši, olas)*	1	60	€1,03				
	*Kartupeļi vāriti *(Sviests)*	1	160	€0,39				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Tēja ar cukuru	1	200	€0,11				
				€2,40	**30,12**	**34,60**	**92,35**	**801,40**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 2,16 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

ĒDNĪCAS VADĪTĀJA_____A.Kuzņecova MEDMĀSA_____

TEHNOLOGS_____J.Suško

SIA "MEŽVIDI"

SASKAŅOJU:
Skolas direktors

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola

PUSDIENAS 5.-9. kl.

28.09. – 02.10. 2026. g.

PIRMDIENA 28.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Svaigie tomāti	1	50	€0,22				
	*Sautēta cūkgaļa *(Kvieši, krējums skābs)*	1	50/50	€1,26				
	*Vārīti griķi *(Sviests)*	1	110	€0,34				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Ogu kompots	1	200	€0,18				
	*Cepumi *(kvieši, olas)*	1	10	€0,11				
	*Āboli		150	€0,22				
				€2,40	**25,94**	**24,38**	**97,66**	**718,94**

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

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

OTRDIENA 29.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Biešu zupa ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	200/5	€0,32				
	*Ķīnas kāpostu-gurķu salāti ar eļļu	1	50	€0,22				
	*Mājas sautējums ar cūkgaļu	1	50/120	€1,40				
	*Karkadē dzēriens ar cukuru	1	200	€0,11				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Bumbieri		130	€0,28				
				€2,40	**26,67**	**27,33**	**93,05**	**725,38**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,68 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

TREŠDIENA 30.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Sv. kāpostu salāti ar eļļu	1	60	€0,20				
	*Cūkgaļas kotlete ar biezpienu *(Biezpiens,kvieši,piens)*	1	60	€1,01				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	120	€0,22				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Kakao ar pienu un cukuru *(Piens)*	1	200	€0,31				
	*Banāni ar zemeņu mērci	1	60/30	€0,59				
				€2,40	**24,50**	**25,98**	**91,39**	**701,35**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 0,96 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 10,0 grami

SIA "MEŽVIDI"

Ēdienkarte

Daugavpils Iespēju vidusskola

PUSDIENAS 5.-9. kl.

28.09. – 02.10. 2026. g.

CETURTDIENA 01.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Kartupeļu zupa ar cūkgaļas frikadelēm un krējumu *(Krējums skābs,olas)*	1	200/15/5	€0,51				
	*Burkānu salāti ar krējumu *(Krējums skābs)*	1	50	€0,12				
	*Vistas frikase *(Krējums skābs)*	1	60/20	€1,14				
	*Vārīti rīsi *(Sviests)*	1	120	€0,25				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Kafijas dzēriens ar pienu un cukuru *(Piens)*	1	200	€0,31				
				€2,40	**27,98**	**25,36**	**101,74**	**746,79**

KOPĀ: PIEVIENOTAIS SĀLS 1,86 grami PIEVIENOTAIS CUKURS 5,0 grami

PIEKTDIENA 02.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums *(Alergēni)*	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Biešu salāti ar eļļu	1	60	€0,18				
	*Cūk gaļas kotlete *(Kvieši, olas)*	1	50	€0,93				
	*Kartupeļi vārīti *(Sviests)*	1	160	€0,39				
	*Rupjmaize *(Rudzi)*	1	25	€0,07				
	*Biezpiena sieriņš "'Mazulis" *(Piena olbaltumvielas)*	1	40	€0,52				
	*Tēja ar cukuru	1	200	€0,11				
	*Bumbieri		100	€0,20				
				€2,40	**22,47**	**28,99**	**85,65**	**700,26**

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

(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

ĒDNĪCAS
VADĪTĀJA:_____A.Kuzņecova MEDMĀSA:___ _____

TEHNOLOGS:_____J. Suško

SASKAŅOTS
skolas
direktors

SIA "MEŽVIDI"

Papildus izvēle pie kompleksajām pusdienām

10.-12. kl.

28.09. – 02.10. 2026. g.

PIRMDIENA 28.09.
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Vistas kotlete *(Kvieši,olas)*	1	70	€1,12				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	140	€0,27				
	*Vafeles *(Kvieši, olas)*	1	12	€0,11				

OTRDIENA 29.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Makaronu zupa ar krējumu *(Kvieši, krējums skābs)*	1	200/5	€0,33				
	*Cepta vista *(Krējums skābs)*	1	70	€1,20				
	*Vārīti rīsi *(Sviests)*	1	140	€0,33				

TREŠDIENA 30.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Cīsiņi vārīti	1	70	€1,00				
	*Kartupeļu vārīti *(Sviests)*	1	150	€0,36				
	*Sviestmaize ar ievārījumu *(Kvieši, sviests)*	1	20/5/15	€0,33				

CETURTDIENA 01.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu *(Kvieši)*	1	130/50	€1,36				
	*Kartupeļu biezenis *(Piens, sviests)*	1	150	€0,36				
	*Slinkās pankūkas ar biezpienu un ievārījumu *(Kvieši, piena olbalt., olas)*	1	70/20	€0,54				

PIEKTDIENA 02.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Siera zupa ar dārzeņiem *(Siers, krējums sald.)*	1	200	€0,70				
	*Plovs cūkgaļas	1	50/140	€1,29				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	140	€0,27				

Ēdnīcas vadītāja: Tehnologs: Medmāsa:

SASKAŅOTS
skolas
direktors

SIA "MEŽVIDI"

Papildus izvēle pie kompleksajām pusdienām

5.-9. kl.

28.09. – 02.10. 2026. g.

PIRMDIENA 28.09.
(Slīpā rakstā norādīti alergēni)

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
Pusdienas								
	*Vistas kotlete *(Kvieši,olas)*	1	70	€1,12				
	*Vārīti makaroni *(Kvieši, sviests)*	1	140	€0,27				
	*Vafeles *(Kvieši, olas)*	1	12	€0,11				

OTRDIENA 29.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Makaronu zupa ar krējumu *(Kvieši, krējums skābs)*	1	200/5	€0,33				
	*Cepta vista *(Krējums skābs)*	1	70	€1,20				
	*Vārīti rīsi *(Sviests)*	1	140	€0,33				

TREŠDIENA 30.09.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbalt.	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Cīsiņi vārīti	1	70	€1,00				
	*Kartupeļu vārīti *(Sviests)*	1	150	€0,36				
	*Jogurts ar kukurūzas pārslām *(Piena olbaltumvielas)*	1	70/10	€0,59				

CETURTDIENA 01.10.

Ēdienr.	Ēdiena nosaukums	P.sk.	Gat.sv.	Porc.cen.	Olbaltumi	Tauki	Ogļhidrāti	Kalorijas
	*Siera zupa ar dārzeņiem *(Siers, krējums sald.)*	1	200	€0,70				
	*Makaroni ar maltu cūkgaļu *(Kvieši)*	1	130/50	€1,36				
	*Kartupeļu biezenis *(Piens, sviests)*	1	150	€0,36				

PIEKTDIENA 02.10.

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				
	*Mafins *(Kvieši, olas)*	1	50	€0,44				

Ēdnīcas vadītāja: Tehnologs: Medmāsa: