




Ēdienkartes izglītības iestādēm

Publicēts: 15.11.2021.



Komplekso pusdienu ēdienkartes 5. līdz 9. klašu izglītojamajiem 



[Ēdienkaršu kopsavilkums](#)

[Komplekso pusdienu uzturvērtības un izmaksu aprēķini](#)

[Ēdienu uzturvērtības un izmaksu aprēķini](#)

[Zupas](#)

[Pamatēdieni](#)

[Piedevas](#)

[Salāti](#)

[Deserti](#)

[Dzērieni](#)

[Ēdienkaršu kopsavilkums](#)

[Komplekso pusdienu uzturvērtības un izmaksu aprēķini](#)

[Ēdienu uzturvērtības un izmaksu aprēķini](#)

[Zupas](#)

[Pamatēdieni](#)

[Piedevas](#)

[Salāti](#)

[Deserti](#)

[Dzērieni](#)



[Kopsavilkums](#)

[Ēdienkartes](#)

[Ēdiena uzturvērtības un izmaksu aprēķini](#)

[receptūras \(augļi un dārzeņi\)](#)

[biezpiena un olu ēdieni](#)

[biezputras](#)

[brokastu ēdieni](#)

[dārzeņu, pākšaugu ēdieni](#)

[dzērieni](#)

[gaļas ēdieni](#)

[konditoreja](#)

[piedevas](#)


[salāti](#)

[saldie ēdieni](#)

[sviestmaizes](#)

[zivju ēdieni](#)

[zupas](#)

1.–4. klašu skolēniem ar ārsta apstiprinātu diagnozi laktozes nepanesība (ietver kompleksās pusdienas) 



[ēdienkartes](#)

[kopsavilkums](#)

[uzturvērtības un izmaksu aprēķini](#)

[receptūras \(augļi\)](#)

[dzērieni](#)


[pamatēdieni](#)

[piedevas](#)

[salāti](#)

[saldie ēdieni](#)

[zupas](#)

1.–4. klašu skolēniem ar ārsta apstiprinātu diagnozi celiakija (ietver kompleksās pusdienas) 



[pusdienu ēdienkarte](#)

[kopsavilkums](#)

[komplekso pusdienu uzturvērtības un izmaksu aprēķini](#)

[receptūras \(augļi\)](#)

[dzērieni](#)

[pamatēdieni](#)

[piedevas](#)

[salāti](#)

[saldie ēdieni](#)

[zupas](#)

[pusdienu ēdienkarte](#)

[kopsavilkums](#)

[uzturvērtības un izmaksu aprēķini](#)

[receptūras \(dzērieni\)](#)

[pamatēdieni](#)

[piedevas](#)

[salāti](#)

[saldie ēdieni](#)

[zupas](#)

Veģetārās ēdienkartes pirmsskolas izglītības iestāžu izglītojamajiem vecuma grupā 1–2 gadi (ietver brokastis, pusdienas un launagu)

 [Pirmskolas izglītības iestādes izglītojamo vecuma grupā 1–2 gadi veģetāro ēdienkaršu uzturvērtības aprēķini](#) 

 [Uzturvērtības un izmaksu aprēķini](#) 

 [Veģetāro ēdienkaršu varianti – kopsavilkums 10 dienām](#) 

Veģetārās ēdienkartes pirmsskolas izglītības iestāžu izglītojamajiem vecuma grupā 3–6 gadi (ietver brokastis, pusdienas un launagu)


 [Veģetārās ēdienkartes pirmsskolas izglītības iestādes izglītojamo vecuma grupai 3–6 gadi](#) 

 [Uzturvērtības un izmaksu aprēķini](#) 

 [Veģetāro ēdienkaršu varianti – kopsavilkums 10 dienām](#) 

Veģetārās ēdienkartes 1.–4. klašu skolēniem (ietver kompleksās pusdienas)

 [Veģetārās ēdienkartes vispārējās izglītības iestādes 1.–4. klašu izglītojamiem](#) 

 [Uzturvērtības un izmaksu aprēķini](#) 

 [Veģetāro ēdienkaršu varianti – kopsavilkums 10 dienām](#) 

Tehnoloģiskie apraksti

 [Brokastu ēdieni](#) 

 [Dzērieni](#) 

 [Launags](#) 

 [Pamatēdieni](#) 

 [Salāti](#) 

 [Zupas](#) 