

**Mežciema pamatskola**
**08.02.-19.02.**

10 dienas	Daudzums 1 bērnam dienā, g		Uzturvielas, g			Enerģija, kcal		Daudzums (bruto), kg 10 dienām
	Produkta nosaukums	Bruto	Neto	Olb.v.,g	Tauki, g	Ogļh., g	Enerģija	
Griķi	50	50	5.40	1.60	27.20	144.80	0.50	
Makaroni, pilngraudu	50	50	6.55	1.45	36.55	177.50	0.50	
Tunzivs, savā sulā (konservēts)	19	13	3.38	1.30	0.00	24.70	0.18	
Vārītas pupiņas	0		0.00	0.00	0.00	0.00	0.10	
Liellopu gaļa, sautēta, konservēta	25	25	5.20	1.88	0.08	38.00	0.25	
Lečo	45	45	0.54	0.00	5.45	23.94	0.45	
Piens, UHT, 2,5%	100	100	3.20	2.50	4.70	54.00	1.00	
Burkāni	100	75	0.60	0.30	6.75	28.50	1.00	
Upeņu ievārījums	41	41	0.12	0.08	23.94	98.40	0.41	
Zemesrieksti	20	20	5.06	9.62	1.66	113.40	0.2	
<b>KOPĀ</b>			<b>30.05</b>	<b>18.73</b>	<b>106.32</b>	<b>703.24</b>	<b>4.59</b>	
<b>Papildus 3 reizes nedēļā 1.-9.klasei</b>								
Skolas piens	200	200	5.50	5.00	9.50	105.40	<b>1.20</b>	
Skolas auglis	100	100	0.40	0.80	9.80	48.00	0.6	

**Mežciema pamatskola**
**22.02.-26.02.**

5 dienas	Daudzums 1 bērnam dienā, g		Uzturvielas, g			Enerģija, kcal		Daudzums (bruto), kg 10 dienām
	Produkta nosaukums	Bruto	Neto	Olb.v.,g	Tauki, g	Ogļh., g	Enerģija	
Rīsi	50	50	3.90	0.60	39.70	181.50	0.50	
Cūkgaļa, konservēta	25	25	4.30	3.83	0.00	51.75	0.25	
Miltu maisījums pankūkām	40	40	5.88	0.53	23.52	136.40	0.40	
Piens, UHT, 2,5%	100	100	3.20	2.50	4.70	54.00	1.00	
Rieksti šokolādē	2	2	0.23	0.62	0.94	10.42	0.02	
Bietes vārītas	50	50	0.75	0.05	4.55	21.65	0.50	
Zirnīši, zaļie, konservēti	40.0	28	1.54	0.20	2.07	20.72	0.40	
<b>KOPĀ</b>			<b>19.80</b>	<b>8.32</b>	<b>75.49</b>	<b>476.44</b>	<b>3.07</b>	
<b>Papildus 3 reizes nedēļā 1.-9.klasei</b>								
Skolas piens	200	200	5.50	5.00	9.50	105.40	<b>0.60</b>	
Skolas auglis	100	100	0.40	0.80	9.80	48.00	0.3	

1. Ņemot vērā to, ka valstī nav spēkā esošu normatīvo aktu, kuri noteiktu pārtikas paku sastāva prasības un citus nosacījumus, pārtikas paka sastādīta iespēju robežās ievērojot MK noteikumus Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem” noteiktās prasības.

2. Pārtikas pakas izmaksas: 1,17 (bez PVN) €/dienā, t.sk. pārtikas produktu izmaksas 70 - 75% no kopējas cenas, pārējās attiecināmās izmaksas 25-30% (darba alga, t.sk. darbaspēka nodokļi, transporta izmaksas, iekārtu un inventāra noma, telpu noma, komunālie maksājumi par nomātajām telpām, uzņēmuma administratīvās izmaksas u.c.)

**Vēlam visiem labu veselību un izturību!**

**Ceram drīz Jūs sagaidīt skolas ēdnīcā, lai baudītu siltas un gardas pusdienas!**