



# Aberdīnšīras Pamatskolu Ēdienkarte: 2017.g. pavasaris & vasara



1. Nedēļa, Nedēļa sākas 17. aprīlī, 15.maijā, 12.jūnijā, 28.augustā & 25.septembrī

| PIRMDIENA                                                                                        | OTRDIENA                                                                                       | TREŠDIENA                                                                                                                  | CETURTDIENA                                                                   | PIEKTDIENA                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mājās gatavota zupa pēc pavāra izvēles                                                           |                                                                                                |                                                                                                                            |                                                                               |                                                                                                                                    |
| Pīkšas fileja maizes drumstalās<br>Makaronu sacepums ar tomātiem un baziliku, un ķiploku maizīti | Mājās gatavota pica ar sieru un tomātiem<br>Aberdīnšīras Sautēta liellopu gaļa ar smalkmaizīti | Tradicionāli cepta vista ar gaļas mērci un kukurūzu<br>Panini pildīts ar Čedaras sieru un pasniegts ar dārzeņiem & augļiem | Miesnieku izvēlētās cūkgaļas desiņas<br>Laša sacepums ar nūdelēm              | Miesnieku liellopu gaļas burgers maizītē ar salātu garnējumu & augļiem<br>Cālis karija mērcē ar garengraudu rīsiem un Naan maizīti |
| Cepts kartupelis pildīts ar Čedaras sieru <b>V</b>                                               | Cepts kartupelis pildīts ar Tunci majonēzē                                                     | Cepts kartupelis pildīts ar 'Coronation' vistas salāti                                                                     | Cepts kartupelis pildīts ar Ceptas pupiņas <b>V</b>                           | Cepts kartupelis pildīts ar Čedaras sieru <b>V</b>                                                                                 |
| Dārza zirnīši<br>Frī kartupeļi                                                                   | Kāļu biezenis<br>Dārzeņu nūjiņas<br>Kartupeļu biezenis                                         | Sagriezti burkāni<br>Cepti kartupeļi                                                                                       | Ceptas pupiņas<br>Florets brokoļi<br>Kartupeļu biezenis                       | Saldā kukuruza                                                                                                                     |
| Sviestmaizes ar Čedaras sieru vai Tunci majonēzē un salātu garnējumu & Vīnogas                   | Sviestmaizes ar šķiņķi vai tunci majonēzē un salātu garnējumu & Picas gabaliņš                 | Sviestmaizes ar vistu 'wrap' vai tunci majonēzē un salātu garnējumu & Dārzeņu & augļu gabaliņi                             | Sviestmaizes ar olu vai tunci majonēzē un salātu garnējumu, & Melones daiviņa | Sviestmaizes ar Čedaras sieru vai vistu un salātu garnējumu & Dārzeņu & augļu gabaliņi                                             |
| Ābolu un aveņu kraukšķīgā kūka ar olu krēmu                                                      | Saldējums ar augļu salātiem                                                                    | 'Butterscotch' cepums ar pienu                                                                                             | Šokolādes kūka ar olu krēmu                                                   | Mājās gatavots augļu kekss ar piena glāzi                                                                                          |

- Maizes grozs, salāti, svaigu augļu izvēle, jogurti, siers un cepumi ir pieejami kā daļa no dienas ēdienkartes.
- Ja zupa ir iekļauta dienas ēdienkartē, to var izmantot kā papildu ēdienu.
- Cepti kartupeļi ar pildījumu ir pieejami tos iepriekš pasūtīt no rīta.
- Veģetārie ēdieni ir pieejami pēc pieprasījuma. Medicīniski noteikto diētu ēdieni ir pieejami pēc vienošanās.

**Mēs izmantojam lokāli audzēto un ražoto produkciju, ja vien iespējams**



# Aberdīnšīras Pamatskolu Ēdienkarte: 2017.g. pavasaris & vasara



**2. Nedēļa** Nedēļa sākas 24.aprīlī, 22.maijā, 19.jūnijā, 4.septembrī un 2.oktobrī

| PIRMDIENA                                                                               | OTRDIENA                                                                                                          | TREŠDIENA                                                                                                     | CETURTDIENA                                                                            | PIEKTDIENA                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                         |                                                                                                                   |                                                                                                               | Mājās gatavota zupa pēc pavāra izvēles                                                 |                                                                                                    |
| Tradicionālais vistas pīrāgs<br><br>Falafels ar saldo & skābo mērci un nūdelēm <b>V</b> | Kraukšķīga tītara gaļa maizītē ar sezonas dārzeņiem & augļiem<br><br>Aberdīnšīras liellopu maltā gaļa ar kukurūzu | Mūsu miesnieku Cūkgaļas desiņas gaļas mērcē ar Jorkšīras pudiņu<br><br>Barbeque vistiņa ar garengraudu rīsiem | Tradicionālie macaroni &. Siers<br><br>'Gammon' & Ananāsu salāti                       | Pīkšas fileja maizes drumstalās<br><br>Plucināta cūkgaļa maizītē ar sezonas dārzeņiem & augļiem    |
| Cepts kartupelis pildīts ar ceptām pupiņām                                              | Cepts kartupelis pildīts ar Tunci majonēzē                                                                        | Cepts kartupelis pildīts ar Barbeque vistiņu                                                                  | Cepts kartupelis pildīts ar mājās gatavotiem Burkānu&kāpostu salātiem                  | Cepts kartupelis pildīts ar Čedaras sieru                                                          |
| Florets brokoļi<br>Kartupeļu biezenis                                                   | Sagriezti burkāni<br>Vārīti kartupeļi                                                                             | Saldā kukuruza<br>Kartupeļu biezenis                                                                          | Sarkanās bietes šķēlītēs<br>Mājās gatavoti burkānu&kāpostu salāti<br>Ķiploku maizīte   | Dārza zirnīši<br>Frī kartupeļi                                                                     |
| Sviestmaizes ar šķiņķi vai Tunci majonēzē un salātu garnējumu & Vīnogas                 | Sviestmaizes ar vistu vai Tunci majonēzē un salātu garnējumu & sezonas dārzeņiem & augļiem                        | Sviestmaizes olu vai Čedaras sieru un salātu garnējumu & Vīnogas                                              | Sviestmaizes 'wrap'ar šķiņķi vai tunci majonēzē un salātu garnējumu & Melones daiviņas | Sviestmaizes ar Čedaras sieru vai Tunci majonēzē un salātu garnējumu & sezonas darzeņiem & augļiem |
| Šokolādes jogurta kūka ar olu krēmu                                                     | Želeja ar augļiem                                                                                                 | Mājās gatavoti auzu cepumi ar pienu                                                                           | Saldējums ar augļiem                                                                   | Burkānu kūka glazūrā ar olu krēmu                                                                  |



# Aberdīnšīras Pamatskolu Ēdienkarte: 2017.g. pavasaris & vasara



## 3. Nedēļa Nedēļa sākas 1.maijā, 29.maijā, 26.jūnijā, 11.septembrī un 9.oktobrī

| PIRMDIENA                                                                                             | OTRDIENA                                                                                        | TREŠDIENA                                                                                                       | CETURTDIENA                                                                    | PIEKTDIENA                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                       |                                                                                                 | Mājās gatavota zupa pēc pavāra izvēles                                                                          |                                                                                |                                                                                                                      |
| Mājās gatavota pica ar sieru & tomātiem<br><br>Cālis karija mērcē ar garengraudu rīsiem un Naan maizi | Tradicionāli cepta vīstiņa gaļas mērcē ar kukurūzu<br><br>Kartupeļu & brokoļu sacepums <b>V</b> | Miesnieku Hot dog desa maizītē ar tomātu mērci un sezonas dārzeņiem & augļiem<br><br>Medainā vīstiņa ar nūdelēm | Pīkšas fileja maizes drumstalās<br><br>Enchiladas ar Čili liellopu gaļu        | Spageti Bolognaise ar ķiploku maizīti<br><br>Panini pildīts ar Čedaras sieru & šķiņķi ar sezonas dārzeņiem & augļiem |
| Cepts kartupelis pildīts ar Cālis karija mērcē                                                        | Cepts kartupelis pildīts ar Čedaras sieru                                                       | Cepts kartupelis pildīts ar Vistu majonēzē                                                                      | Cepts kartupelis pildīts ar ceptām pupiņām                                     | Cepts kartupelis pildīts ar Tunci majonēzē                                                                           |
| Saldā kukuruza<br>Ceptas pupiņas<br>Kartupeļu biezenis                                                | Sagriezti burkāni<br>Cepti kartupeļi                                                            | Florets brokoļi                                                                                                 | Ceptas pupiņas<br>Saldā kukuruza<br>Frī kartupeļi                              | Dārza zirnīši                                                                                                        |
| Sviestmaizes ar Čedaras sieru vai tunci majonēzē un salātu garnējumu & Picas strēmēlītes              | Sviestmaizes ar šķiņķi vai olu majonēzē un salātu garnējumu, & Vīnogas                          | Sviestmaizes ar Čedaras sieru vai olu un salātu garnējumu & Dārzeņu un augļu gabaliņi                           | Sviestmaizes ar šķiņķi un tunci majonēzē un salātu garnējumu & Meloņu šķēlītes | Sviestmaizes ar vistu un tunci majonēzē un salātu garnējumu & Dārzeņu un augļu gabaliņi                              |
| Īrisa kraukšķīgā kūka ar olu krēmu                                                                    | Mājās gatavots citronu kekss ar piena kokteili                                                  | Želeja ar augļiem                                                                                               | Šokolādes kūka ar olu krēmu                                                    | Saldējums ar persikiem                                                                                               |



# Aberdīnšīras Pamatskolu Ēdienkarte – 2017.g. pavasaris & vasara



## 4. Nedēļa Nedēļa sākas 8.maijā, 5.jūnijā, 21.augustā un 18.septembrī

| PIRMDIENA                                                                                                   | OTRDIENA                                                                                        | TREŠDIENA                                                                       | CETURTDIENA                                                                              | PIEKTDIENA                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                             | Mājās gatavota zupa pēc pavāra izvēles                                                          |                                                                                 |                                                                                          |                                                                                                   |
| Miesnieku liellopu gaļas burgers maizītē ar sezonas dārzeņu & augļu gabaliņiem<br><br>Cepti zivju pirkstiņi | Tradicionālais vistas pīrāgs<br><br>Panini pildīts Čedaras sieru un sezonas dārzeņiem & augļiem | Pīkšas fileja maizes drumstalās<br><br>Marzetti ar ķiploku maizīti              | Aberdīnšīras cepta liellopu gaļa mērcē ar kukurūzu<br><br>Tradicionālie macaroni & siers | Jorkšīras pudiņš pildīts ar mūsu miesnieku cūkgaļas desiņas gaļas mērcē<br><br>Vistas Fajita Wrap |
| Cepts kartupelis pildīts ar Čedaras sieru                                                                   | Cepts kartupelis pildīts ar Vistu majonēzē                                                      | Cepts kartupelis pildīts ar Sautētas pupiņas                                    | Cepts kartupelis pildīts ar Tunci majonēzē                                               | Cepts kartupelis pildīts ar Čedaras sieru                                                         |
| Saldā kukurūza                                                                                              | Sagriezti burkāni<br>Kartupeļu biezenis                                                         | Ceptas pupiņas<br>Florets brokoļi<br>Frī kartupeļi                              | Sarkanās bietes šķēlītēs<br>Sagriezti burkāni<br>Kartupeļu biezenis                      | Dārza zirnīši<br>Vārīti kartupeļi                                                                 |
| Sviestmaizes ar šķiņķi vai Tunci majonēzē un salātu garnējumu & dārzeņiem & augļiem                         | Sviestmaizes ar vistu vai Tunci majonēzē 'wrap' un salātu garnējumu & dārzeņiem & augļiem       | Sviestmaizes ar šķiņķi vai Čedaras sieru un salātu garnējumu & Melones daiviņas | Sviestmaizes ar Čedaras sieru vai tunci majonēzē un salātu garnējumu & Vīnogas           | Sviestmaizes ar vistu majonēzē vai tunci majonēzē un salātu garnējumu & Desu gabaliņi             |
| Kūka ar cukura glazūru un olu krēmu                                                                         | Želeja ar augļiem                                                                               | Vasaras augļu kraukšķīgā kūka ar olu krēmu                                      | Mājās gatavoti sviesta cepumi ar augļiem                                                 | Šokolādes & aveņu kūka ar pienu                                                                   |

