

## ISR Hot Lunch Menu / 13 - 17 January 2020

| Monday, 13 January                                          |                                                       | Allergens    |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------|
| Ribollita / Tuscany bread and vegetables soup*              | Ribollita zupa                                        | 9.           |
| Sour cream*                                                 | Krējums skābs                                         | 7            |
| Oven baked cauliflower with cheese                          | Ziedkāposti krāsnī cepti ar sieru                     | 1,7          |
| Traditional beef Bolognese sauce*                           | Boloņas mērce tradicionālā                            |              |
| Chicken fillet with tomatoes and sour cream                 | Vistas fileja sacepta ar tomātiem un krējumu          | 10,7         |
| Boiled potatoes                                             | Vārīti kartupeļi                                      |              |
| Pasta*                                                      | Vārīta pasta - makaroni                               | 1            |
| Banana*                                                     | Banāni                                                |              |
| Carrot salad with light mayonnaise sauce                    | Burkānu salāti ar vieglu majonēzes mērci              | 10,3,7       |
| Steamed vegetables*                                         | Tvaicēti dārzeņi                                      | 7            |
| Apple juice drink*                                          | Ābolu sulas dzēriens                                  |              |
| Rye bread "Druva"*                                          | Druvas klona rupjmaize                                | 1            |
| Tuesday, 14 January                                         |                                                       | Allergens    |
| Borsch in Ukrainian style*                                  | Borščs ukraiņu gaumē                                  | 9            |
| Sour cream*                                                 | Krējums skābs                                         | 7            |
| Potato njoki with spinach and cheese sauce                  | Kartupeļu njoki ar spinātiem un siera mērci           | 7            |
| Baked pork chop in home style                               | Cepta cūkgaļas karbonāde mājas gaumē                  | 1,10,3       |
| Chicken fillet strips in the coriander yogurt sauce*        | Vistas filejas strēmelītes jogurta mērcē ar koriandru | 7            |
| Mashed potatoes*                                            | Kartupeļu biežputra                                   | 7            |
| Spicy rice                                                  | Pikantie rīsi                                         |              |
| Beetroot salad with garlic and mayonnaise                   | Biešu salāti ar ķiplokiem un majonēzes mērci          | 10,3,7       |
| Steamed broccoli*                                           | Tvaicēti brokoļi                                      |              |
| Sweet curd gratin*                                          | Biezpiena sacepums                                    | 1,11,3,5,7,8 |
| Berry kissel*                                               | Ogu ķīselis                                           |              |
| Garlic sauce with sour cream                                | Skābā krējuma ķiploku mērce                           | 7            |
| Apple juice drink*                                          | Ābolu sulas dzēriens                                  |              |
| Rye bread "Druva"*                                          | Druvas klona rupjmaize                                | 1            |
| Wednesday, 15 January                                       |                                                       | Allergens    |
| Champignon puree soup*                                      | Šampinjonu biezenzupa                                 | 7,9          |
| Sour cream*                                                 | Krējums skābs                                         | 7            |
| Stuffed zucchini with tomatoes, breadcrumbs and hard cheese | Pildīts cukīni ar tomātiem, rīvmaizi un cieto sieru   | 1,11,3,5,7,8 |
| Roasted haddock fillet*                                     | Cepta pikšas fileja                                   |              |
| Chicken cutlet in the home style                            | Vistas gaļas kotlete mājas gaumē                      | 1,3          |
| Baked potatoes                                              | Cepti kartupeļi                                       |              |
| Light bulgur*                                               | Gaišais bulgurs                                       | 1            |
| Banana and strawberry smoothie with oat milk*               | Banānu un zemeņu kokteilis ar auzu pienu              | 1            |
| Cabbage and cucumber salad with greens and oil              | Kāpostu gurķu salāti ar zaļumiem un eļļu              |              |

|                                                 |                                                |                  |
|-------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------|
| Carrots*                                        | Burkāni                                        |                  |
| Fruit and berry drink*                          | Augļu un ogu dzēriens                          |                  |
| Lemon oil sauce                                 | Citronu eļļas mērce                            |                  |
| Rye bread "Druva"                               | Druvas klona rupjmaize                         | 1                |
| <b>Thursday, 16 January</b>                     |                                                | <b>Allergens</b> |
| Vegetable soup*                                 | Dārzeņu zupa                                   | 9                |
| Sour cream*                                     | Krējums skābs                                  | 7                |
| Fried chicken fillet in sweet bell pepper glaze | Cepta vistas fileja paprikas marinādes glazūrā |                  |
| Lasagne with zucchini and tomatoes              | Lazanja ar cukini un tomātiem                  | 1,10,3,4,7       |
| Fried pork chop strips*                         | Ceptas cūkgaļas kakla karbonādes strēmelītes   |                  |
| Buckwheat*                                      | Griķi                                          |                  |
| Boiled potatoes                                 | Vārīti kartupeļi                               |                  |
| Fruit salad with apples and oranges*            | Augļu salāti ar āboliem un apelsīniem          |                  |
| Cucumbers*                                      | Gurķi                                          |                  |
| Cabbage and carrot salad with oil               | Kāpostu salāti ar burkāniem un eļļu            |                  |
| Sour cream and horseradish sauce                | Skābā krējuma mārrutku mērce                   | 7                |
| Apple juice drink*                              | Ābolu sulas dzēriens                           |                  |
| Rye bread "Druva"                               | Druvas klona rupjmaize                         | 1                |
| <b>Friday, 17 January</b>                       |                                                | <b>Allergens</b> |
| Cauliflower soup*                               | Ziedkāpostu zupa                               | 9                |
| Sour cream*                                     | Krējums skābs                                  | 7                |
| Potato pancake                                  | Kartupeļu pankūka                              | 3                |
| Beef cutlet                                     | Liellopa gaļas kotlete                         | 1,3              |
| Turkey fillet chop in home style*               | Tītara filejas karbonāde mājas gaumē           | 1,10,3           |
| Oven-fried vegetables*                          | Krāsni cepti dārzeņi                           |                  |
| Sour cabbage salad with oil                     | Skābu kāpostu salāti ar eļļu                   |                  |
| Rice*                                           | Rīsi                                           |                  |
| Mashed potatoes and root vegetables             | Vitamīnu kartupeļu biezenis                    | 7,9              |
| Cake*                                           | Kēkss                                          | 1,3,7            |
| Apple juice drink*                              | Ābolu sulas dzēriens                           |                  |
| Rye bread "Druva"                               | Druvas klona rupjmaize                         | 1                |

\* preschool menu