

Nedēļas ēdienkarte

Grupa

5.-9.klase

Neparedzētu apstākļu dēļ ēdienkarte var tikt mainīta

trešdiena, 2.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Vistas gaļas zupa	200	124	8,036	6,565	7,912	0,8		1,821	
Krējums skābs	5	11	0,15	1,	0,22				7,
Cūkgaļas Chili Con Carne	100	171	11,555	12,332	3,136	0,2		1,062	
Vārīta pasta - makaroni	200	340	11,193	3,547	65,975	0,8			1,
Ķīnas kāpostu un gurķu salāti	80	33	1,01	2,559	2,081	0,24	0,4	0,712	
Rudzu maize	20	50	1,72	0,28	10,04			1,1	1,
Ūdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
kopā:		733	33,76	26,30	90,19	2,040	0,400	4,855	

ceturtdiena, 3.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Borščs	200	102	3,263	5,549	9,696	0,8	0,4	3,254	
Krējums skābs	10	21	0,3	2,	0,44				7,
Cūkgaļas teftelis	70	156	9,783	9,489	7,563			0,404	1;3;7
Vārīti kartupeļi	200	144	4,24	0,212	31,376	0,2		4,452	
Krējuma un tomātu mērce	75	74	0,752	6,112	3,868			0,047	1;7
Burkānu salāti ar eļļu	80	57	0,768	4,154	4,086	0,16	0,4	2,765	
Rudzu maize	80	198	6,88	1,12	40,16			4,4	1,
Ūdens ar citronu	200	4	0,07	0,06	0,32				
kopā:		755	26,06	28,70	97,51	1,160	0,800	15,322	

piektdiena, 4.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Plovs ar vistas gaļu	200	372	13,988	11,191	53,419	0,8		2,475	
Kāpostu tomātu salāti ar eļļu	80	41	1,091	2,563	3,323	0,24	0,16	2,114	
Putukrējums	40	141	1,08	12,6	5,759		3,6		7,
Ķīselis no sīrupa	80	45	0,059	0,039	11,084				
Rudzu maize	60	149	5,16	0,84	30,12			3,3	1,
Ūdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
Piens	200	96	6,4	4,	9,				7,
kopā:		848	27,88	31,25	113,54	1,040	3,760	8,049	

Nedēļas ēdienkarte

Grupa

10.-12.klase

Neparedzētu apstākļu dēļ ēdienkarte var tikt mainīta

trešdiena, 2.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Vistas gaļas zupa	200	124	8,036	6,565	7,912	0,8		1,821	
Krējums skābs	5	11	0,15	1,	0,22				7,
Cūkgaļas Chili Con Carne	100	171	11,555	12,332	3,136	0,2		1,062	
Vārīta pasta - makaroni	250	425	13,991	4,434	82,469	1,			1,
Ķīnas kāpostu un gurķu salāti	80	33	1,01	2,559	2,081	0,24	0,4	0,712	
Rudzu maize	20	50	1,72	0,28	10,04			1,1	1,
Ūdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
kopā:		818	36,56	27,19	106,69	2,240	0,400	4,855	

ceturtdiena, 3.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Borščs	250	128	4,079	6,937	12,12	1,	0,5	4,067	
Krējums skābs	10	21	0,3	2,	0,44				7,
Cūkgaļas teftelis	80	178	11,18	10,844	8,644			0,462	1;3;7
Vārīti kartupeļi	250	180	5,3	0,265	39,22	0,25		5,565	
Krējuma un tomātu mērce	75	74	0,752	6,112	3,868			0,047	1;7
Burkānu salāti ar eļļu	80	57	0,768	4,154	4,086	0,16	0,4	2,765	
Rudzu maize	80	198	6,88	1,12	40,16			4,4	1,
Ūdens ar citronu	200	4	0,07	0,06	0,32				
kopā:		839	29,33	31,49	108,86	1,410	0,900	17,306	

piektdiena, 4.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Plovs ar vistas gaļu	250	465	17,486	13,988	66,774	1,		3,094	
Kāpostu tomātu salāti ar eļļu	80	41	1,091	2,563	3,323	0,24	0,16	2,114	
Putukrējums	40	141	1,08	12,6	5,759		3,6		7,
Ķīselis no sīrupa	80	45	0,059	0,039	11,084				
Rudzu maize	60	149	5,16	0,84	30,12			3,3	1,
Ūdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
Piens	200	96	6,4	4,	9,				7,
kopā:		941	31,38	34,05	126,89	1,240	3,760	8,668	

Nedēļas ēdienkarte

Grupa

5.-9.klase

Neparedzētu apstākļu dēļ ēdienkarte var tikt mainīta

pirmdiena, 7.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Ziedkāpostu zupa	200	80	2,759	4,372	7,33	0,2		4,39	9,
Krējums skābs	10	21	0,3	2,	0,44				7,
Cūkgāja saldā krējuma mērcē	100	190	11,507	13,981	4,497	0,204		0,447	1;7;9
Vārīti griķi	220	243	5,445	1,162	52,708	0,22		2,323	
Ķīnas kāpostu un tomātu salāti	100	25	1,362	1,212	2,51			1,068	
Rudzu maize	60	149	5,16	0,84	30,12			3,3	1,
Īdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
kopā:		711	26,63	23,59	98,44	0,624	0	11,688	

otrdiena, 8.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Kartupeļu maltās cūkgājas sautējums	240	365	16,838	19,552	29,753	0,96		4,378	
Gurķu tomātu salāti ar eļļas mērci	80	41	0,636	3,36	1,963			0,607	
Saldā biezpiena masa	50	72	5,458	3,626	3,971		2,5		7,
Zemeņu ķīselis	80	21	0,142	0,066	4,87		2,	0,256	
Rudzu maize	60	149	5,16	0,84	30,12			3,3	1,
Īdens ar citronu	200	4	0,07	0,06	0,32				
Piens	200	96	6,4	4,	9,				7,
kopā:		747	34,70	31,50	80,00	0,960	4,500	8,541	

trešdiena, 9.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Pupiņu zupa ar cūkgāļu	200	142	5,876	7,757	12,124	0,2		4,816	9,
Krējums skābs	5	11	0,15	1,	0,22				7,
Vistas gaļas kotlete mājās gaumē	70	214	11,155	15,594	6,487	0,28		0,468	1;3
Vārīti rīsi	200	227	4,488	0,396	51,282	0,2		0,924	
Burkānu mērcē	50	37	1,198	1,652	4,355	0,2		0,644	7,
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	80	56	1,28	2,487	7,111	0,16		1,92	
Rudzu maize	20	50	1,72	0,28	10,04			1,1	1,
Ābols vai bumbieris	100	55	0,5	0,3	12,4			3,3	
Īdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
kopā:		794	26,47	29,49	104,85	1,040	0	13,332	

ceturtdiena, 10.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Biešu zupa ar kartupeļiem un gaļu	200	182	8,358	12,843	8,395	0,2	0,6	2,12	
Krējums skābs	5	11	0,15	1,	0,22				7,
Siers	30	102	7,44	8,04					7,
Vārīta pasta - makaroni	200	340	11,193	3,547	65,975	0,8			1,
Kāpostu salāti ar burkāniem un eļļu	80	42	1,066	2,557	3,74	0,16	0,4	2,4	
Rudzu maize	20	50	1,72	0,28	10,04			1,1	1,
Ogu augļu dzēriens	200	64	0,033		15,936				
kopā:		792	29,96	28,27	104,31	1,160	1,000	5,620	

piektdiena, 11.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Vistas gaļas zupa ar rīsiem	200	174	9,088	8,696	14,885	0,2		1,257	
Vārīti cīsiņi (MK172)	75	162	8,475	12,525	3,9				7,
Kartupeļu biežputra	200	169	5,414	1,905	31,624	0,4		4,2	7,
Kāju burkānu salāti ar krējumu	80	39	1,035	1,746	4,765	0,08	0,08	2,412	7,
Rudzu maize	40	99	3,44	0,56	20,08			2,2	1,
Ogu augļu dzēriens	200	64	0,033		15,936				
Piens	200	96	6,4	4,	9,				7,
kopā:		804	33,89	29,43	100,19	0,680	0,080	10,069	

Nedēļas ēdienkarte

Grupa

10.-12.klase

Neparedzētu apstākļu dēļ ēdienkarte var tikt mainīta

pirmdiena, 7.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Ziedkāpostu zupa	250	99	3,449	5,465	9,163	0,25		5,487	9,
Krējums skābs	10	21	0,3	2,	0,44				7,
Cūkgāja saldā krējuma mērcē	120	228	13,808	16,777	5,396	0,245		0,536	1;7;9
Vārīti griķi	250	276	6,188	1,32	59,895	0,25		2,64	
Ķīnas kāpostu un tomātu salāti	100	25	1,362	1,212	2,51			1,068	
Rudzu maize	60	149	5,16	0,84	30,12			3,3	1,
Īdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
kopā:		802	30,37	27,63	108,35	0,745	0	13,191	

otrdiena, 8.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Kartupeļu maltās cūkgājas sautējums	240	365	16,838	19,552	29,753	0,96		4,378	
Gurķu tomātu salāti ar eļļas mērci	80	41	0,636	3,36	1,963			0,607	
Saldā biezpiena masa	50	72	5,458	3,626	3,971		2,5		7,
Zemeņu ķiselis	100	26	0,178	0,083	6,088		2,5	0,32	
Rudzu maize	80	198	6,88	1,12	40,16			4,4	1,
Īdens ar citronu	200	4	0,07	0,06	0,32				
Piens	200	96	6,4	4,	9,				7,
kopā:		802	36,46	31,80	91,26	0,960	5,000	9,705	

trešdiena, 9.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Pupiņu zupa ar cūkgāļu	250	177	7,345	9,696	15,155	0,25		6,02	9,
Krējums skābs	5	11	0,15	1,	0,22				7,
Vistas gaļas kotlete mājās gaumē	70	214	11,155	15,594	6,487	0,28		0,468	1;3
Vārīti rīsi	250	284	5,61	0,495	64,103	0,25		1,155	
Burkānu mērcē	50	37	1,198	1,652	4,355	0,2		0,644	7,
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu	80	56	1,28	2,487	7,111	0,16		1,92	
Rudzu maize	20	50	1,72	0,28	10,04			1,1	1,
Ābols vai bumbieris	100	55	0,5	0,3	12,4			3,3	
Īdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
kopā:		887	29,06	31,52	120,70	1,140	0	14,767	

ceturtdiena, 10.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Biešu zupa ar kartupeļiem un gaļu	250	228	10,447	16,054	10,494	0,25	0,75	2,65	
Krējums skābs	5	11	0,15	1,	0,22				7,
Siers	30	102	7,44	8,04					7,
Vārīta pasta - makaroni	250	425	13,991	4,434	82,469	1,			1,
Kāpostu salāti ar burkāniem un eļļu	80	42	1,066	2,557	3,74	0,16	0,4	2,4	
Rudzu maize	20	50	1,72	0,28	10,04			1,1	1,
Ogu augļu dzēriens	200	64	0,033		15,936				
kopā:		922	34,85	32,37	122,90	1,410	1,150	6,150	

piektdiena, 11.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Vistas gaļas zupa ar rīsiem	200	174	9,088	8,696	14,885	0,2		1,257	
Vārīti cīsiņi (MK172)	75	162	8,475	12,525	3,9				7,
Kartupeļu biezputra	250	211	6,768	2,381	39,53	0,5		5,25	7,
Kāju burkānu salāti ar krējumu	80	39	1,035	1,746	4,765	0,08	0,08	2,412	7,
Rudzu maize	60	149	5,16	0,84	30,12			3,3	1,
Ogu augļu dzēriens	200	64	0,033		15,936				
Piens	200	96	6,4	4,	9,				7,
kopā:		896	36,96	30,19	118,14	0,780	0,080	12,219	

Nedēļas ēdienkarte

Grupa

5.-9.klase

Neparedzētu apstākļu dēļ ēdienkarte var tikt mainīta

pirmdienā, 14.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Mājas soļanka	200	126	6,476	5,467	10,503	0,8	1,	1,457	1,
Krējums skābs	5	11	0,15	1,	0,22				7,
Makaroni ar maltu cūkgalu un dārzeņiem	250	462	22,392	17,932	52,924	1,		1,956	1,
Kāpostu gurķu salāti ar zaļumiem un eļļu	80	54	1,034	4,162	3,208	0,08	0,16	2,114	
Rudzu maize	40	99	3,44	0,56	20,08			2,2	1,
Ūdens ar citronu	200	4	0,07	0,06	0,32				
kopā:		755	33,56	29,18	87,26	1,880	1,160	7,727	

otrdienā, 15.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Kirbju biezenzupa	250	156	2,635	10,866	11,845	1,		4,199	7,
Baltmaizes garšaugu grauzdiņi	15	65	1,2	3,242	7,839	0,06		0,526	1,
Vistas gaļa ar dārzeņiem tomātu mērcē	100	121	8,637	7,834	3,641	0,1	0,1	0,528	1,
Vārīti rīsi	200	227	4,488	0,396	51,282	0,2		0,924	
Burkānu salāti ar kukurūzu un zaļumiem	80	40	1,03	1,842	4,715			2,574	
Ūdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
Piens	200	96	6,4	4,	9,				7,
kopā:		709	24,49	28,20	89,15	1,360	0,100	8,911	

trešdienā, 16.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Vistas gaļas zupa ar nūdelēm	200	113	8,462	4,808	8,771	0,2		1,384	1;3
Cūkgāļas stroganovs	100	203	11,541	15,286	4,825	0,3		0,163	7,
Vārīti griķi	200	221	4,95	1,056	47,916	0,2		2,112	
Svaigu kāpostu biešu salāti ar eļļas mērci	80	36	1,114	1,741	3,965	0,16		2,272	
Rudzu maize	40	99	3,44	0,56	20,08			2,2	1,
Ogu augļu dzēriens	200	64	0,033		15,936				
kopā:		736	29,54	23,45	101,49	0,860	0	8,131	

ceturtdienā, 17.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Biešu zupa ar kāpostiem	200	115	1,601	8,279	8,652	0,6	1,6	3,095	9,
Krējums skābs	10	21	0,3	2,	0,44				7,
Cūkgāļas bumbiņa piena mērcē	120	220	13,242	14,742	8,399			1,454	1;3;7
Vārīti kartupeļi	200	144	4,24	0,212	31,376	0,2		4,452	
Ķīnas kāpostu un svaigu dārzeņu salāti ar eļļas mērci	80	25	1,05	1,762	1,79	0,16		0,757	
Rudzu maize	80	198	6,88	1,12	40,16			4,4	1,
Ūdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
kopā:		728	27,41	28,14	91,65	0,960	1,600	14,318	

piektdienā, 18.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Plovs ar cūkgalu	250	487	19,28	18,225	61,524	1,		2,989	
Gurķu salāti ar zaļumiem un eļļu	80	25	0,56	1,773	1,607	0,08		0,492	
Ābolu zemeņu uzpūtenis	100	83	1,17	0,238	18,806		5,	0,474	1,
Piens	250	120	8,	5,	11,25				7,
Rudzu maize	20	50	1,72	0,28	10,04			1,1	1,
Ūdens ar citronu	200	4	0,07	0,06	0,32				
kopā:		769	30,80	25,58	103,55	1,080	5,000	5,055	

Nedēļas ēdienkarte

Grupa

10.-12.klase

Neparedzētu apstākļu dēļ ēdienkarte var tikt mainīta

pirmdiena, 14.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Mājas soļanka	250	157	8,095	6,834	13,129	1,	1,25	1,821	1,
Krējums skābs	10	21	0,3	2,	0,44				7,
Makaroni ar maltu cūkgāļu un dārzeņiem	260	481	23,288	18,649	55,041	1,04		2,034	1,
Kāpostu gurķu salāti ar zaļumiem un eļļu	80	54	1,034	4,162	3,208	0,08	0,16	2,114	
Rudzu maize	40	99	3,44	0,56	20,08			2,2	1,
Ūdens ar citronu	200	4	0,07	0,06	0,32				
kopā:		816	36,23	32,27	92,22	2,120	1,410	8,169	

otrdiena, 15.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Kirbju biezenzupa	300	187	3,162	13,04	14,214	1,2		5,039	7,
Baltmaizes garšaugu grauzdiņi	20	86	1,6	4,323	10,452	0,08		0,701	1,
Vistas gaļa ar dārzeņiem tomātu mērcē	100	121	8,637	7,834	3,641	0,1	0,1	0,528	1,
Vārīti rīsi	250	284	5,61	0,495	64,103	0,25		1,155	
Burkānu salāti ar kukurūzu un zaļumiem	80	40	1,03	1,842	4,715			2,574	
Ūdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
Piens	200	96	6,4	4,	9,				7,
kopā:		818	26,54	31,55	106,96	1,630	0,100	10,157	

trešdiena, 16.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Vistas gaļas zupa ar nūdelēm	250	141	10,577	6,01	10,964	0,25		1,73	1;3
Cūkgaļas stroganovs	120	243	13,849	18,343	5,79	0,36		0,196	7,
Vārīti griķi	250	276	6,188	1,32	59,895	0,25		2,64	
Svaigu kāpostu biešu salāti ar eļļas mērci	80	36	1,114	1,741	3,965	0,16		2,272	
Rudzu maize	40	99	3,44	0,56	20,08			2,2	1,
Ogu augļu dzēriens	200	64	0,033		15,936				
kopā:		860	35,20	27,97	116,63	1,020	0	9,038	

ceturtdiena, 17.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Biešu zupa ar kāpostiem	250	144	2,002	10,349	10,815	0,75	2,	3,869	9,
Krējums skābs	10	21	0,3	2,	0,44				7,
Cūkgaļas bumbiņa piena mērcē	120	220	13,242	14,742	8,399			1,454	1;3;7
Vārīti kartupeļi	260	188	5,512	0,276	40,789	0,26		5,788	
Ķīnas kāpostu un svaigu dārzeņu salāti ar eļļas mērci	80	25	1,05	1,762	1,79	0,16		0,757	
Rudzu maize	80	198	6,88	1,12	40,16			4,4	1,
Ūdens ar apelsīniem	200	4	0,1	0,02	0,83			0,16	
kopā:		800	29,09	30,27	103,22	1,170	2,000	16,428	

piektdiena, 18.septembris	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Plovs ar cūkgāļu	300	585	23,136	21,87	73,829	1,2		3,587	
Gurķu salāti ar zaļumiem un eļļu	80	25	0,56	1,773	1,607	0,08		0,492	
Ābolu zemeņu uzpūtenis	100	83	1,17	0,238	18,806		5,	0,474	1,
Piens	250	120	8,	5,	11,25				7,
Rudzu maize	20	50	1,72	0,28	10,04			1,1	1,
Ūdens ar citronu	200	4	0,07	0,06	0,32				
kopā:		866	34,66	29,22	115,85	1,280	5,000	5,653	

VIELAS VAI PRODUKTI, KAS IZRAISA ALERĢIJU VAI NEPANESAMĪBU

1. Labība, kas satur lipekli, t. i., kvieši, rudzi, mieži, auzas, speltas kvieši, triticum turgidum polonicum vai to hibridizēti celmi, un tās produkti, izņemot:

- a) Glikozes sīrups uz kviešu bāzes, ietverot dekstrozi (1);
- b) Maltodekstrīnus uz kviešu bāzes (1);
- c) Glikozes sīrups uz miežu bāzes;
- d) Labību, ko izmanto, lai iegūtu alkohola destilātus, tostarp lauksaimniecības izcelsmes etilspirtu.

2. Vēžveidīgie un to produkti.

3. Olas un to produkti.

4. Zivis un to produkti, izņemot:

- a) Zivju želatīnu, ko izmanto vitamīnu vai karotinoīdu preparātiem;
- b) Zivju želatīnu vai zivju līmi, ko izmanto alus un vīna dzidrināšanai.

5. Zemesrieksti un to produkti.

6. Sojas pupas un to produkti, izņemot:

- a) Pilnībā rafinētu sojas pupu eļļu un taukus (1);
- b) No sojas pupām iegūtus dabiskus jauktus tokoferolus (E306), dabisku D-alfa tokoferolu, dabisku D-alfa tokoferola acetātu, dabisku D-alfa tokoferola sukcinātu;
- c) Fitosterīnus un fitosterolesterus, kas atvasināti no augu eļļas, kura iegūta no sojas pupām;
- d) Fitostanolesterus, kas iegūti no tādas augu eļļas steroliem, kura iegūta no sojas pupām.

7. Piens un tā produkti (ietverot laktozi), izņemot:

- a) Sūkalas, ko izmanto, lai iegūtu alkohola destilātus, tostarp lauksaimniecības izcelsmes etilspirtu;
- b) Laktitolu.

8. Rieksti, t. i., mandeles (*Amygdalus communis* L.), lazdu rieksti (*Corylus avellana*), valrieksti (*Juglans regia*), Indijas rieksti (*Anacardium occidentale*), pekanrieksti (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K.Koch), Brazīlijas rieksti (*Bertholletia excelsa*), pistāciju rieksti (*Pistacia vera*), makadāmijas jeb Kvīnslendas rieksti (*Macadamia ternifolia*) un to produkti, izņemot riekstus, ko izmanto, lai iegūtu alkohola destilātus, tostarp

9. Selerijas un to produkti.

10. Sinepes un to produkti.

11. Sezama sēklas un to produkti.

12. Sēra dioksīds un sulfīti, ja to koncentrācija pārsniedz 10mg/kg vai 10mg/l kopējā SO₂, kas ir jāaprēķina produktiem, ko piedāvā kā gatavus patēriņam vai kuru sākotnējā forma jāatjauno ar ražotāja instrukcijām.

13. Lupīna un to produkti.

14. Gliemji un to produkti.

(1) Un to produktus, ja vien to apstrādes procesā nevar palielināties alergēniskuma līmenis, ko attiecīgā iestāde izvērtējusi atbilstīgajam produktam, no kura tie iegūti.