

**PĀRTIKAS ATKRITUMU
MAZINĀŠANAS PRAKSE RĪGAS
PAMATSKOLĀ "RĪDZE"**

26.03.2026.





SADARBĪBA AR ĒDINĀTĀJU



- ĒDINĀTĀJS -
- ĒDINĀTĀJS NODROŠINA GAN PUSDIENAS, GAN LAUNAGU
- SADARBĪBA AR SKOLAS VECĀKU PADOMI (ATBILD UZ VECĀKU INTERESĒJOŠAJIEM JAUTĀJUMIEM)
- PIEDĀVĀ IESPĒJU VECĀKIEM (ATVĒRTO DURVJU DIENĀ) NOBAUDĪT SKOLAS PUSDIENAS
- PIEDĀVĀ SAVAS IDEJAS - PIEMĒRAM, LATVIJĀ PIEEJAMO DĀRZĒŅU DEGUSTĀCIJA, NOVĒRTĒŠANA
- LATVIJAS VALSTS SVĒTKU NEDĒĻĀ ĪPAŠA ĒDIENKARTE - LATVIEŠU TRADICIONĀLIE ĒDIENI

RĪGAS
PAMATSKOLA



“RĪDZE”



EKOSKOLA +

DALĪBA

PROJEKTĀ

**“No atkritUMIEM UZ
RESURSIEM”?**

DIZAINA UN TEHNOLOĢIJAS , STUNDĀS



1.GATAVO AUGĻU SMŪTIJUS, SALĀTUS



DIZAINA UN TEHNOLOĢIJAS STUNDĀS

2.GATAVO DĀRZEŅU SALĀTUS



STEM PROJEKTS

"SVIESTMAIŽU MEISTARKLASE"



STEM PROJEKTS

„Veselīgi piena produkti
un ilgtspējīgas izvēles“
(8.KLASĒM)



STEM PROJEKTS

Atbildīgs business: No
izaudzētā līdz
ilgtspējīgam
produktam



PUSDIENĀS PIE BĒRNIEM CIEMOJAS SKOLAS SIMBOLS - LAPSA





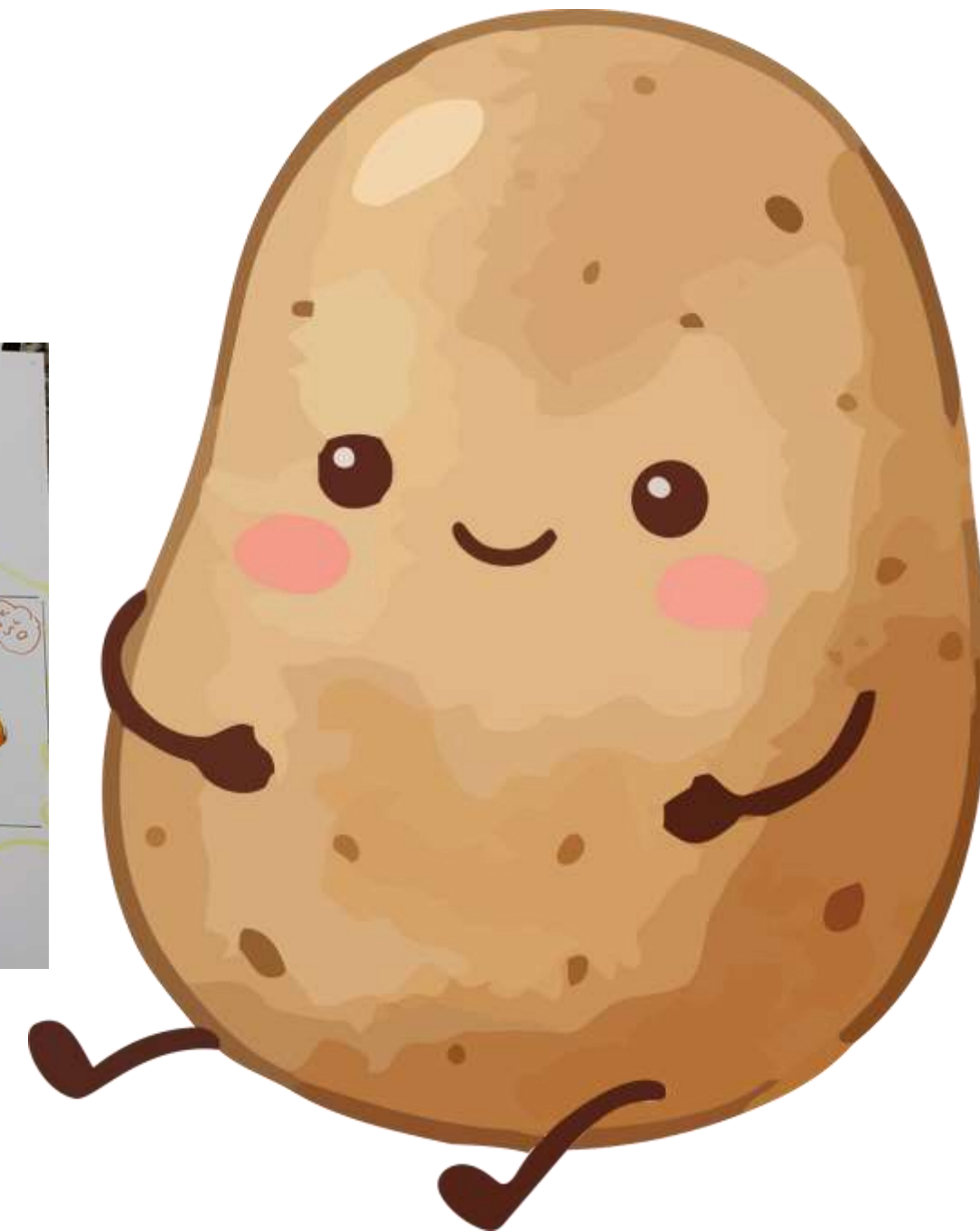
**LIEC ŠKĪVĪ
,
TIK DAUDZ,
CIK VARI
APĒST!**



EKOSKOLAS AKTIVITĀTES

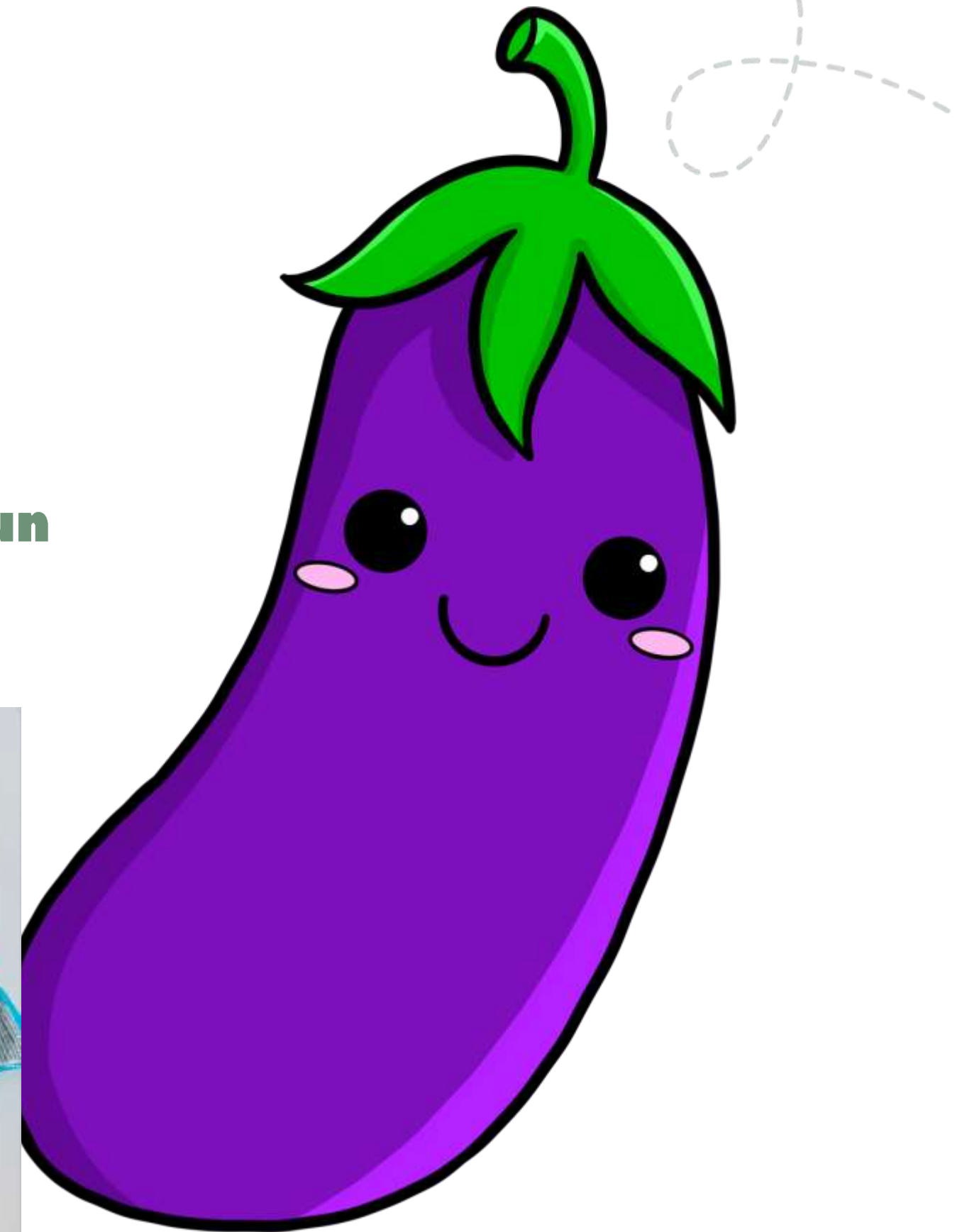
PĒTĪJUMS "DĀRZENĪ UN AUGĻI IKDIENĀ"

- PĒTĪJA, CIK VĒRTĪGI IR DĀRZENĪ UN AUGĻI, KO IKDIENĀ LIETOJAM



EKOSKOLAS AKTIVITĀTES

PAŠGATAVOTIE NAŠKI
no pāri palikušām brokastu pārslām un
zefīriem





PĒTĪJUMS

Secinājumi:

1. visvairāk garšo salāti
2. otrajā ēdienā - makaroni, rīsi, kartupeļi
3. labprātāk dzer tīru ūdeni
4. deserts (saldais ēdiens) - apmēram puse atbild "Jā"
5. zupas slikti ēd

GARŠO - NEGARŠO			
PAMATĒDIENS (cūkgaļas strogonovs, vārīti kartupeļi)	CETURTDIENA SALĀTI (ķīnas kāposti ar burkāniem)	CEPUMS	ŪDENS (ar apelsīniem)
1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.
4.	4.	4.	4.
5.	5.	5.	5.
6.	6.	6.	6.
7.	7.	7.	7.
8.	8.	8.	8.
9.	9.	9.	9.
10.	10.	10.	10.
11.	11.	11.	11.
12.	12.	12.	12.
13.	13.	13.	13.
14.	14.	14.	14.
15.	15.	15.	15.

GARŠO - NEGARŠO			
PIEKTDIENA			
ZUPA (vistas gaļas zupa ar rīsiem)	PAMATĒDIENS (makaroni ar malto gaļu un dārzeņiem)	SALĀTI (sarkano kāpostu salāti)	ŪDENS (ar citronu)
1. —	1. Jā	1. —	1. —
2. —	2. Jā Jā	2. —	2. —
3. —	3. Jā Jā	3. —	3. —
4. Jā	4. Jā	4. Jā	4. NE
5. Jā	5. Jā Jā	5. —	5. Jā
6. Jā	6. Jā Jā	6. NE	6. NE
7. —	7. Jā	7. —	7. —
8. —	8. Jā	8. Jā	8. NE
9. —	9. Jā Jā ♥	9. Jā	9. NE
10. Jā	10. NE	10. Jā	10. Jā
11. —	11. Jā Jā	11. Jā	11. Jā
12. Jā	12. Jā Jā	12. —	12. Jā
13. —	13. Jā Jā	13. Jā Jā	13. —
14. —	14. Jā	14. —	14. —
15. —	15. Jā	15. Jā	15. Jā

GARŠO - NEGARŠO			
CETURTDIENA			
PAMATĒDIENS (cūkgaļas strogonovs, vārīti kartupeļi)	SALĀTI (ķīnas kāposti ar burkāniem)	CEPUMS <i>Muzas zupa</i>	ŪDENS (ar apelsīniem)
1. Jā	1. Jā Jā	1. Jā	1. —
2. Jā	2. Jā	2. —	2. Jā
3. Jā	3. Jā	3. Jā	3. —
4. Jā Jā	4. Jā	4. NE	4. NE
5. Jā	5. Jā	5. NE	5. NE
6. NE	6. NE	6. Jā	6. NE
7. Jā	7. —	7. NE	7. —
8. Jā	8. Jā Jā	8. —	8. Jā
9. Jā	9. Jā	9. Jā Jā	9. —
10. Jā	10. Jā	10. NE	10. Jā
11. NE	11. —	11. NE	11. NE
12. NE	12. —	12. NE	12. NE
13. Jā	13. Jā	13. Jā	13. Jā
14. Jā	14. NE	14. NE	14. NE
15. NE	15. NE	15. NE	15. Jā

SKOLAS PROJEKTS

"SKOLĀ IENĀK ĢIMENE"

PIPARMĒTRU STĀDĪŠANA,
AUDZĒŠANA



DOMĀSIM, RĪKOSIMIES UN DZĪVOSIM ZAĻI!

