

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (1.-4. kl.)

 Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Svaigu kāpostu zupa		150 gr. (+/- 10%)	2,2	2,6	10,9	80
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Cūkgaļas Kurzemes stroganovs	*A01,A07	90 gr. (+/- 10%)	6,1	13,0	4,3	171
Vārīti griķi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179
Burkānu salāti ar sēkliņām un majonēzi	*A03,A07,A10	60 gr. (+/- 10%)	1,2	4,5	4,5	67
Ogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :			18,7	24,2	78,3	626

Otrdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Dārzeņu sautējums ar gaļu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	8,5	12,5	18,7	237
Skābais krējums	*A07	10 gr. (+/- 10%)	0,3	3,0	0,3	30
Marinēts gurķis		60 gr. (+/- 10%)	0,6	0,1	2,3	15
Upēņu uzpūtenis ar pienu	*A01,A07	160 gr. (+/- 10%)	4,1	2,4	25,3	139
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :			15,6	18,4	74,1	555

Tresdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Pupu zupa		150 gr. (+/- 10%)	3,4	1,2	11,1	70
Cūkgaļas kotlete	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	10,5	21,0	2,5	260
Kartupeļu biezenis	*A07	170 gr. (+/- 10%)	4,6	1,7	28,9	155
Piena mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1,0	1,9	3,5	36
Svaigu gurķu salāti ar krējumu	*A07	60 gr. (+/- 10%)	0,7	2,4	1,1	30
Upēņu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	9,9	43
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :			22,8	28,9	70,3	672

Ceturtdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Makaroni ar malto gaļu	*A01	250 gr. (+/- 10%)	14,2	12,0	54,9	390
Tomātu salāti ar majonēzi	*A03,A07,A10	60 gr. (+/- 10%)	0,5	3,5	1,8	41
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Biezpiena saldā masa	*A07	50 gr. (+/- 10%)	4,9	7,7	4,9	112
Jānogu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	11,9	32
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :			22,0	23,6	101,1	709

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Harčo zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	3,8	5,4	14,4	127
Zivju pirkstini	*A01,A03,A04	50 gr. (+/- 10%)	4,9	6,3	18,2	153
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Sīpolu mērce	*A01,A07	45 gr. (+/- 10%)	0,8	5,4	3,9	68
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	2,3	3,5	5,5	66
Ērkšķogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,2	0,2	7,6	31
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :			17,3	21,1	86,6	634

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	96,4	116,3	410,4	3195

Sastādīja _____

Apstiprinu _____