

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

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Pelmeņu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	6,3	4,2	19,9	144
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Sautēta cūkgaļa burkānu mērcē	*A01,A07	90 gr. (+/- 10%)	8,2	12,6	5,2	181
Vārīti makaroni	*A01,A07	130 gr. (+/- 10%)	4,1	2,4	27,1	142
Kāpostu salāti ar papriku un eļļu		50 gr. (+/- 10%)	0,8	3,8	2,2	48
Jāņogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34
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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			27,9	28,9	93,5	737

Otrdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas kotlete ar ķīmenēm	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	10,6	20,0	2,6	252
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Klasiskā brūnā mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1,0	1,3	2,7	30
Biešu salāti ar krējumu	*A07	50 gr. (+/- 10%)	0,8	3,0	3,9	47
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Dundagas krēms	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	2,1	3,9	10,9	87
Upēņu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	8,7	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
Skolas ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Kopā :			20,4	28,8	77,4	695

Tresdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Vistas - rīsu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	3,9	3,1	11,8	101
Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	8,5	12,5	18,7	237
Skābais krējums	*A07	20 gr. (+/- 10%)	0,5	6,0	0,5	60
Marinēts gurķis		50 gr. (+/- 10%)	0,5	0,1	1,9	12
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
Skolas ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			22,3	26,3	78,1	671

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Karbonāde ar tomātu un siera cepurīti	*A01,A03,A07	70 gr. (+/- 10%)	14,9	16,8	11,6	277
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Brūnā mērce ar burkāniem	*A01,A07	45 gr. (+/- 10%)	1,0	1,3	3,0	31
Sautēti kāposti		50 gr. (+/- 10%)	0,9	0,9	4,1	30
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Piparkūku krēms	*A01,A03,A07	40 gr. (+/- 10%)	2,0	8,2	11,3	127
Zemeņu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	8,9	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 :			24,3	27,7	90,2	747

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: 11

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	94,9	111,7	339,1	2850

Sastādīja _____

Apstiprinu _____