

Neiba SIA

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

 Mainoties  
 pasūtījumam  
 Iespējamās  
 izmaiņas

Pirmdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Dārzeņu zupa ar vistas gaļu		150 gr. (+/- 10%)	5,9	4,1	9,9	116
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Plovs ar cūkgaļu	*A01	220 gr. (+/- 10%)	10,8	17,4	31,5	344
Svaiga gurķa šķēlītes		60 gr. (+/- 10%)	0,6	0,1	1,1	7
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
<b>Kopā :</b>			<b>19,9</b>	<b>23,7</b>	<b>72,6</b>	<b>595</b>

Otrdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Maltās gaļas mērce	*A01,A07	110 gr. (+/- 10%)	5,9	13,1	4,3	171
Vārīti griķi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179
Kāpostu un svaigu gurķu salāti ar krējumu	*A07	60 gr. (+/- 10%)	1,0	1,9	2,2	30
Kakao krems	*A07	40 gr. (+/- 10%)	1,2	10,5	4,7	118
Jāņogu ķīselis		130 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	15,5	42
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
<b>Kopā :</b>			<b>17,1</b>	<b>27,9</b>	<b>88,0</b>	<b>674</b>

Tresdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Solanka		150 gr. (+/- 10%)	5,2	5,6	12,3	130
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Zivs kotlete	*A01,A04,A07,A11	60 gr. (+/- 10%)	11,9	14,4	3,1	193
Vārīti makaroni	*A01,A07	130 gr. (+/- 10%)	4,1	2,4	27,1	142
Piena mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1,0	1,9	3,5	36
Tomātu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,6	2,3	1,9	32
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
<b>Kopā :</b>			<b>25,4</b>	<b>28,6</b>	<b>72,9</b>	<b>661</b>

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Ceturtdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Sautēta cūkgaļa mērcē	*A01,A07	90 gr. (+/- 10%)	8,3	15,7	3,9	205
Kartupeļu biezenis	*A07	170 gr. (+/- 10%)	4,6	1,7	28,9	155
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar krēju	*A07	60 gr. (+/- 10%)	2,9	3,2	7,8	75
Upēņu - ābolu ķīselis ar pienu	*A07	260 gr. (+/- 10%)	4,1	2,7	26,2	146
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
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
<b>Kopā :</b>			<b>22,2</b>	<b>23,8</b>	<b>80,4</b>	<b>661</b>

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: 11

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	84,6	104,0	313,8	2590

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_