

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

Mainoties
 pasūtījumam
 iespējamās
 izmaiņas

Pirmdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Skābeņu zupa ar olu	*A01,A03	150 gr. (+/- 10%)	4,5	5,2	10,9	118
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Cūkgaļa sinepju mērcē	*A01,A07,A10	90 gr. (+/- 10%)	5,7	10,4	4,2	144
Vārīti griķi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179
Kāpostu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	1,1	2,2	3,4	39
Upenu 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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			26,5	25,9	84,4	711

Otrdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Škelto zirņu biežputra ar speķīti		200 gr. (+/- 10%)	20,2	24,1	47,4	487
Burkānu - puravu salāti ar majonēzes un krēmu	*A03,A07,A10	60 gr. (+/- 10%)	0,9	2,1	4,1	42
Žāvētu augļu ķīselis ar pienu	*A07,A12	220 gr. (+/- 10%)	4,1	2,2	24,5	134
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
Kopā :			27,4	28,8	89,6	742

Tresdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Svaigu kāpostu borščs		150 gr. (+/- 10%)	1,2	3,1	5,0	57
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 kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Piena mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1,0	1,9	3,5	36
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar krējumu	*A07	60 gr. (+/- 10%)	2,9	3,2	7,8	75
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
Kopā :			23,2	24,7	79,4	653

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Maltās galas - šampinjonu mērce	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	4,6	9,8	4,4	131
Kartupeļu biezenis	*A07	160 gr. (+/- 10%)	4,4	1,6	27,2	146
Biešu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,8	3,9	4,9	59
Auzu pārslu krēms	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	2,6	8,2	15,7	147
Zemeņu ķīselis		110 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	8,2	33
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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Skolas ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Kopā :			21,1	28,0	94,3	742

Piektdiena	7	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
Plovs ar vistas gaļu	*A01	220 gr. (+/- 10%)	11,9	11,7	31,5	310
Kāpostu, burkānu un baltā redīsa salāti ar ķi	*A07	60 gr. (+/- 10%)	0,9	1,9	3,0	35
Jānogu 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 :			26,5	25,2	85,9	697

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	124,7	132,5	433,6	3545

Sastādīja _____

Apstiprinu _____