



# Ēdienkarte

No **18-dec.-23**Līdz **21-dec.-23**Neiba SIA  
Pilsrundāles vsk Launags (1.-4. kl.)Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

Pirmdiena		10	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Mannas biezputra	*A01,A07		120 gr. (+/- 10%)	4,0	1,5	17,5	100
Ogu ķīselis			150 gr. (+/- 10%)	0,2	0,2	14,8	51
			<b>Kopā :</b>	<b>4,3</b>	<b>1,7</b>	<b>32,3</b>	<b>151</b>
Otrdiena		10	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Karstmaize ar cīsiņu un tomātu	*A01,A03,A07,A09,A10		80 gr. (+/- 10%)	6,5	14,5	18,8	233
Ūdens ar citronu	*A12		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
			<b>Kopā :</b>	<b>6,5</b>	<b>14,5</b>	<b>19,0</b>	<b>233</b>
Tresdiena		10	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Jogurts ar kukurūzas pārslām	*A01,A07		150 gr. (+/- 10%)	5,8	2,8	52,3	265
			<b>Kopā :</b>	<b>5,8</b>	<b>2,8</b>	<b>52,3</b>	<b>265</b>
Ceturtdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Baltmaize ar šokolādes sviestu	*A01,A07,A11		35 gr. (+/- 10%)	1,8	5,7	19,3	138
Mandarīns	*A12		80 gr. (+/- 10%)	0,6	0,0	5,7	27
Meža zemeņu tēja			150 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	2,5	10
			<b>Kopā :</b>	<b>2,3</b>	<b>5,7</b>	<b>27,5</b>	<b>174</b>

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/	Tauki	/	Ogļhidr.	/	Kcal.
Kartē	19,0		24,6		131,1		824

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_