

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (10.-12. kl.)

 Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Svaigu kāpostu zupa		250 gr. (+/- 10%)	3,7	4,4	18,1	133
Skābais krējums	*A07	10 gr. (+/- 10%)	0,3	3,0	0,3	30
Cūkgaļas Kurzemes stroganovs	*A01,A07	130 gr. (+/- 10%)	8,8	18,8	6,2	247
Vārīti griķi	*A01	190 gr. (+/- 10%)	9,8	2,8	49,2	261
Burkānu salāti ar sēkliņām un majonēzi	*A03,A07,A10	100 gr. (+/- 10%)	1,9	7,6	7,4	111
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 :			26,9	37,2	106,1	897

Otrdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Dārzeņu sautējums ar gaļu	*A07	300 gr. (+/- 10%)	12,2	17,9	26,7	338
Skābais krējums	*A07	30 gr. (+/- 10%)	0,8	9,0	0,8	91
Marinēts gurķis		100 gr. (+/- 10%)	1,0	0,2	3,8	25
Upēņu uzpūtenis ar pienu	*A01,A07	240 gr. (+/- 10%)	6,1	3,6	39,2	213
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 :			22,1	31,0	98,0	800

Tresdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Pupu zupa		250 gr. (+/- 10%)	5,7	2,0	18,5	117
Cūkgaļas kotlete	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	10,5	21,0	2,5	260
Kartupeļu biezenis	*A07	230 gr. (+/- 10%)	6,3	2,3	39,0	210
Piena mērce	*A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	1,6	2,9	5,2	53
Svaigu gurķu salāti ar krējumu	*A07	100 gr. (+/- 10%)	1,2	4,1	1,9	50
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 :			27,7	32,9	90,4	811

Ceturtdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Makaroni ar malto gaļu	*A01	290 gr. (+/- 10%)	17,1	15,8	60,8	463
Tomātu salāti ar majonēzi	*A03,A07,A10	100 gr. (+/- 10%)	0,9	5,8	2,9	68
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Biezpiena saldā masa	*A07	80 gr. (+/- 10%)	7,9	12,3	7,9	179
Jānogu ķīselis		150 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	17,9	48
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 :			28,2	34,4	117,1	892

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Harčo zupa	*A01	250 gr. (+/- 10%)	6,3	9,0	24,0	212
Zivju pirkstini	*A01,A03,A04	50 gr. (+/- 10%)	4,9	6,3	18,2	153
Vārīti kartupeļi		220 gr. (+/- 10%)	4,4	0,0	32,6	154
Sīpolu mērce	*A01,A07	65 gr. (+/- 10%)	1,2	7,7	5,6	98
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar eļļu		100 gr. (+/- 10%)	3,9	5,8	9,2	109
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 :			22,9	29,5	110,5	835

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	127,9	165,0	522,1	4235

Sastādīja _____

Apstiprinu _____