

Neiba SIA

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

 Mainoties
 pasūtījumam
 iespējamas
 izmaiņas

Pirmdiena	12	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Pupuņu zupa		250 gr. (+/- 10%)	5,7	2,0	18,5	117
Sautēta cūkgaļa mērcē (ar tomātu mērci)*A01,A07		130 gr. (+/- 10%)	12,2	22,7	8,3	309
Vāriti rīsi	*A01	190 gr. (+/- 10%)	4,9	0,6	47,7	217
Burkānu salāti ar sēkliņām un majonēzi	*A03,A07,A10	100 gr. (+/- 10%)	1,9	7,6	7,4	111
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 :			27,0	33,3	95,5	833

Otrdiena	13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Makaroni ar dārzeņiem un gaļu	*A01,A07	290 gr. (+/- 10%)	15,1	20,2	43,4	430
Balto redīsu salāti ar krējumu	*A07	100 gr. (+/- 10%)	1,2	5,4	3,0	67
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Biezpiena saldā masa	*A07	70 gr. (+/- 10%)	6,9	10,8	6,9	157
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 :			25,6	36,8	98,7	836

Tresdiena	12	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
Zivju pirkstiņi	*A01,A03,A04	75 gr. (+/- 10%)	13,6	8,9	16,1	202
Vāriti kartupeļi		220 gr. (+/- 10%)	4,4	0,0	32,6	154
Baltā piena mērce ar sīpoliem	*A01,A07	65 gr. (+/- 10%)	1,7	2,8	6,1	57
Biešu salāti ar marinētiem gurķiem un eļļu		100 gr. (+/- 10%)	1,3	7,5	7,1	104
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 :			27,5	27,3	103,5	802

Ceturtdiena	13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Grūbu biezputra ar kūpinātu gaļu	*A01,A07	290 gr. (+/- 10%)	11,7	29,0	49,9	507
Kāpostu,burkānu salāti ar krējumu	*A07	90 gr. (+/- 10%)	1,6	3,8	5,2	65
Upēņu uzpūtenis ar pienu	*A01,A07	240 gr. (+/- 10%)	6,1	3,6	39,2	213
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 :			21,6	36,8	107,8	864

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena	12	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Siera sakņu zupa	*A07	250 gr. (+/- 10%)	4,0	6,6	14,5	167
Cūkgaļas karbonāde	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	14,4	15,4	7,7	249
Kartupeļu biezenis	*A07	230 gr. (+/- 10%)	6,3	2,3	39,0	210
Klasiskā brūnā mērce	*A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	1,5	1,9	4,1	44
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar eļļu		100 gr. (+/- 10%)	5,3	6,2	15,8	145
Jānogu - ērkšķogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	12,0	33
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 :			33,9	33,0	106,5	925

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	135,5	167,2	512,0	4260

Sastādīja _____

Apstiprinu _____