

Neiba SIA

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

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Pelmeņu zupa	*A01	250 gr. (+/- 10%)	10,5	7,0	33,2	240
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Sautēta cūkgaļa burkānu mērcē	*A01,A07	120 gr. (+/- 10%)	10,9	16,7	6,9	241
Vārīti makaroni	*A01,A07	190 gr. (+/- 10%)	6,0	3,5	39,6	208
Kāpostu salāti ar papriku un eļļu		90 gr. (+/- 10%)	1,4	6,8	4,0	86
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
Kopā :			31,3	36,1	113,8	901

Otrdiena	9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas kotlete ar ķimenēm	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	10,6	20,0	2,6	252
Vārīti kartupeļi		220 gr. (+/- 10%)	4,4	0,0	32,6	154
Klasiskā brūnā mērce	*A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	1,5	1,9	4,1	44
Biešu salāti ar krējumu	*A07	90 gr. (+/- 10%)	1,5	5,5	7,0	85
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Dundagas krēms	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	4,2	7,8	21,8	175
Upēņu ķīselis		150 gr. (+/- 10%)	0,2	0,2	13,0	54
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 :			24,6	35,8	94,7	844

Tresdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Vistas - rīsu zupa	*A01	250 gr. (+/- 10%)	6,5	5,1	19,7	168
Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu	*A07	290 gr. (+/- 10%)	11,8	17,3	25,8	327
Skābais krējums	*A07	30 gr. (+/- 10%)	0,8	9,0	0,8	91
Marinēts gurķis		90 gr. (+/- 10%)	0,9	0,2	3,4	22
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
Ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			28,8	36,2	94,8	869

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	10	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Karbonāde ar tomātu un siera cepurīti	*A01,A03,A07	70 gr. (+/- 10%)	14,9	16,8	11,6	277
Vārīti kartupeļi		220 gr. (+/- 10%)	4,4	0,0	32,6	154
Brūnā mērce ar burkāniem	*A01,A07	65 gr. (+/- 10%)	1,5	1,9	4,3	45
Sautēti kāposti		90 gr. (+/- 10%)	1,7	1,6	7,4	53
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Piparkūku krēms	*A01,A03,A07	60 gr. (+/- 10%)	2,9	12,3	16,9	191
Zemeņu ķīselis		170 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	12,7	51
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	33,2	113,1	905

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: 11

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	112,4	141,2	416,4	3519

Sastādīja _____

Apstiprinu _____