

Neiba SIA
Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (5.-9. kl.)

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Pelmeņu zupa	*A01	200 gr. (+/- 10%)	8,4	5,6	26,5	192
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Sautēta cūkgaļa burkānu mērcē	*A01,A07	110 gr. (+/- 10%)	10,0	15,3	6,4	221
Vārīti makaroni	*A01,A07	160 gr. (+/- 10%)	5,0	2,9	33,4	175
Kāpostu salāti ar papriku un eļļu		70 gr. (+/- 10%)	1,1	5,3	3,1	67
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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			33,1	35,2	108,4	877

Otrdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas kotlete ar ķīmenēm	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	10,6	20,0	2,6	252
Vārīti kartupeļi		200 gr. (+/- 10%)	4,0	0,0	29,6	140
Klasiskā brūnā mērce	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	1,2	1,6	3,4	37
Biešu salāti ar krējumu	*A07	70 gr. (+/- 10%)	1,2	4,3	5,4	66
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Dundagas krēms	*A01,A07	80 gr. (+/- 10%)	3,4	6,3	17,5	140
Upēņu ķīselis		130 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	11,3	47
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 :			23,1	32,7	94,7	812

Tresdiena	9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Vistas - rīsu zupa	*A01	200 gr. (+/- 10%)	5,2	4,1	15,8	134
Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu	*A07	250 gr. (+/- 10%)	10,1	14,9	22,2	282
Skābais krējums	*A07	20 gr. (+/- 10%)	0,5	6,0	0,5	60
Marinēts gurķis		70 gr. (+/- 10%)	0,7	0,1	2,7	17
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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			25,4	29,7	86,3	755

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	9	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		200 gr. (+/- 10%)	4,0	0,0	29,6	140
Brūnā mērce ar burkāniem	*A01,A07	55 gr. (+/- 10%)	1,3	1,6	3,6	38
Sautēti kāposti		70 gr. (+/- 10%)	1,3	1,3	5,8	41
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Piparkūku krēms	*A01,A03,A07	50 gr. (+/- 10%)	2,5	10,3	14,1	159
Zemeņu ķīselis		150 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	11,2	45
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 :			26,2	30,5	103,5	835

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: 11

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	107.8	128.1	393.0	3279

Sastādīja _____

Apstiprinu _____