

Neiba SIA

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

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Otrdiena	9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļa dārzeņu mērcē	*A01,A07	110 gr. (+/- 10%)	7,0	21,7	2,5	246
Vārīti makaroni	*A01,A07	160 gr. (+/- 10%)	5,0	2,9	33,4	175
Burkānu - kāļu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1,1	2,4	5,6	52
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Kakao biežais ķīselis	*A07	100 gr. (+/- 10%)	4,3	3,5	24,3	147
Piens	*A07	130 gr. (+/- 10%)	3,9	2,6	5,9	62
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 :			23,5	33,6	99,2	817

Tresdiena	9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Vistas - rīsu zupa	*A01	200 gr. (+/- 10%)	5,2	4,1	15,8	134
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
Brūnā mērce ar burkāniem	*A01,A07	55 gr. (+/- 10%)	1,3	1,6	3,6	38
Ķīnas kāposta un dārzeņu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	3,0	4,2	7,3	82
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		150 gr. (+/- 10%)	0,6	0,0	16,9	76
Kopā :			27,1	30,5	100,7	838

Ceturtdiena	9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
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		80 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	3,0	20
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
Upenu 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 piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Skolas ābols		150 gr. (+/- 10%)	0,6	0,0	16,9	76
Kopā :			23,8	31,8	94,1	800

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena	9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Zivju zupa	*A04	200 gr. (+/- 10%)	5,9	5,9	12,5	131
Teftelis	*A01	70 gr. (+/- 10%)	7,3	11,2	19,9	219
Vārīti kartupeļi		200 gr. (+/- 10%)	4,0	0,0	29,6	140
Piena - tomātu mērce	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	1,3	2,4	5,4	49
Kāpostu salāti ar papriku un eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1,2	6,1	3,5	76
Upēnu 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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			28,2	30,1	103,2	833

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: 11

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	102.5	126.0	397.2	3287

Sastādīja _____

Apstiprinu _____