

Neiba SIA
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Skābeņu zupa ar olu	*A01,A03	150 gr. (+/- 10%)	4,5	5,2	10,9	118
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Cūkgaļa sinepju mērcē BPP	*A01,A10	90 gr. (+/- 10%)	5,6	9,5	4,3	136
Vārīti griķi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	2,3	3,5	5,5	66
Upēņu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	9,9	43
Pilngraudu kliju maize	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	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 :			27,9	25,5	86,0	722

Otrdiena	6	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Makaroni ar malto gaļu tomātu mērcē	*A01	220 gr. (+/- 10%)	12,0	14,1	43,1	355
Burkānu - puravu salāti ar majonēzi BPP	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	0,9	4,8	4,1	66
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Vanīlas un kakao masa BPP	*A01	100 gr. (+/- 10%)	1,6	13,6	16,2	213
Upēņu ķīselis		150 gr. (+/- 10%)	0,2	0,2	13,0	54
Pilngraudu kliju maize	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :			17,1	33,2	103,2	822

Trešdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Sakņu zupa BPP	*A01	150 gr. (+/- 10%)	1,3	2,7	9,1	86
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Vistas gaļas kotlete BPP	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	14,8	12,4	2,7	184
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Piena mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,6	4,3	3,7	58
Kāpostu, burkānu un baltā redīsa salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,7	3,6	3,0	50
Ogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
Pilngraudu kliju maize	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	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 :			23,7	24,4	77,8	661

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Maltās galas mērce BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	4,8	9,8	3,7	131	
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144	
Biešu salāti ar majonēzi BPP	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	0,9	6,8	4,9	84	
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1	
Auzu pārslu krēms BPP	*A01	50 gr. (+/- 10%)	2,1	5,8	16,3	125	
Jānogu ķīselis		110 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	13,1	35	
Pilngraudu kliju maize	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	26	
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52	
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88	
Kopā :			15,7	27,1	91,3	686	

Piektdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Svaigu kāpostu borščs		150 gr. (+/- 10%)	1,2	3,1	5,0	57	
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8	
Plovs ar cūkgaļu	*A01	220 gr. (+/- 10%)	10,8	17,4	31,5	344	
Burkānu salāti ar majonēzi un ķiploku BPP	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	0,9	4,8	4,6	68	
Jānogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34	
Pilngraudu kliju maize	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	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	
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88	
Kopā :			17,5	30,2	93,1	727	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	102,0	140,5	451,4	3618

Sastādīja _____

Apstiprinu _____