

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

 Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	6	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Zupa Rasolņiks	*A01	150 gr. (+/- 10%)	2,3	1,1	13,4	75
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Gulašs BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	7,9	15,2	5,7	206
Vārīti makaroni BPP	*A01	130 gr. (+/- 10%)	4,1	0,5	27,1	125
Kāpostu, burkānu un kāļu salāti ar augu krē	*A01	60 gr. (+/- 10%)	0,9	0,8	3,9	28
Jāņogu 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
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88
Kopā :			19,4	22,5	90,8	641

Otrdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Maltās gaļas un dārzeņu sautējums		220 gr. (+/- 10%)	10,6	18,7	17,1	300
Krējums (augu)	*A01	10 gr. (+/- 10%)	0,1	1,3	0,9	18
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar majon	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	2,8	8,0	7,9	117
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Ogu uzpūtenis ar pienu BPP	*A01	160 gr. (+/- 10%)	2,0	2,1	29,8	121
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		150 gr. (+/- 10%)	0,6	0,0	16,9	76
Kopā :			18,5	30,6	99,3	765

Trešdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Vistas zupa		150 gr. (+/- 10%)	3,5	3,0	7,7	82
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Panēta mencas fileja BPP	*A01,A03,A04	70 gr. (+/- 10%)	18,6	8,4	12,7	203
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144
Sīpolu mērce BPP	*A01	50 gr. (+/- 10%)	0,8	4,4	4,5	62
Biešu salāti ar kiplokiem un eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,9	3,9	5,2	60
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
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88
Kopā :			31,8	25,3	93,3	766

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Boloņas mērce BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	6,9	12,1	3,6	163	
Vārīti rīsi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	3,4	0,4	32,7	148	
Burkānu salāti ar majonēzi BPP	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	0,8	4,8	4,1	66	
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1	
Vanīlas krēms BPP	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1,3	5,0	4,5	67	
Zemeņu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	8,9	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	
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88	
Kopā :			16,4	26,5	77,9	647	

Piektdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Pupiņu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	3,4	1,2	11,1	70	
Vistas filejas karbonāde	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	16,5	15,5	9,2	248	
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112	
Klasiskā brūnā mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,5	3,9	3,1	54	
Balto redīsu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,5	4,8	1,7	54	
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		150 gr. (+/- 10%)	0,6	0,0	16,9	76	
Kopā :			27,4	26,1	89,7	727	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	113,5	131,0	451,0	3547

Sastādīja _____

Apstiprinu _____