

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

Pirmdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Dārzeņu zupa ar vistas gaļu		150 gr. (+/- 10%)	5,9	4,1	9,9	116
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Cūkgaļas Kurzemes stroganovs BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	6,0	11,9	4,6	160
Vārīti griķi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179
Burkānu salāti ar ķiplokiem un eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,7	3,8	4,1	58
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
<b>Kopā :</b>			<b>23,5</b>	<b>26,6</b>	<b>93,0</b>	<b>720</b>

Otrdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas kotlete BPP	*A03	70 gr. (+/- 10%)	10,3	20,9	0,8	252
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 salāti ar majonēzi BPP	*A03, A10	60 gr. (+/- 10%)	1,0	6,7	3,5	80
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Biežais piens ķīselis BPP	*A01	110 gr. (+/- 10%)	0,8	2,0	18,5	98
Upēnu ķīselis		110 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	9,6	40
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
<b>Kopā :</b>			<b>18,9</b>	<b>34,6</b>	<b>83,7</b>	<b>768</b>

Trešdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Meksikāņu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	4,0	3,0	10,2	91
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Cūkgaļas mērce ar burkāniem un zirnīšiem	*A01	90 gr. (+/- 10%)	8,2	14,5	5,9	202
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	160 gr. (+/- 10%)	3,7	0,5	27,5	135
Ķīnas kāposta un kukurūzas salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	3,2	3,7	9,5	87
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
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88
<b>Kopā :</b>			<b>23,2</b>	<b>26,7</b>	<b>88,7</b>	<b>724</b>

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Ceturtdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Makaroni ar dārzeņiem un gaļu BPP	*A01	200 gr. (+/- 10%)	10,1	10,5	30,6	266	
Biešu salāti ar marinētiem gurķiem un eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,8	4,5	4,3	62	
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56	
Vaniļas masa BPP	*A01	100 gr. (+/- 10%)	1,0	13,0	14,6	199	
Jānogu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	14,3	39	
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	
<b>Kopā :</b>			15,9	32,2	101,9	788	

Piektdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Biešu zupa ar gaļu		150 gr. (+/- 10%)	3,1	4,8	7,5	92	
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15	
Vistas šķiņķa karbonāde	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	21,3	16,5	13,2	290	
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112	
Brūnā mērce ar burkāniem	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	0,9	1,2	2,6	28	
Balto redīsu un burkānu salāti ar krējumu (a)	*A01	60 gr. (+/- 10%)	0,6	1,1	3,1	27	
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 ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51	
<b>Kopā :</b>			32,5	25,9	83,9	736	

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	114,0	146,1	451,3	3736

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_