

Neiba SIA  
 Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties  
 pasūtījumam  
 iespējamās  
 izmaiņas

Pirmdiena	11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Svaigu kāpostu zupa		150 gr. (+/- 10%)	2,2	2,6	10,9	80
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Cepts vistas šķiņķītis		60 gr. (+/- 10%)	10,5	10,7	0,0	172
Vārīti rīsi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	3,4	0,4	32,7	148
Piena - tomātu mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,6	4,1	4,6	60
Burkānu - kāļu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,7	4,2	4,2	61
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
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>21,4</b>	<b>26,9</b>	<b>76,7</b>	<b>695</b>

Otrdiena	11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļa dārzeņu mērcē BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	5,4	13,8	2,5	168
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar majonēzi	*A03, A10	60 gr. (+/- 10%)	2,8	8,0	7,9	117
Ogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
Kakao biezais ķīselis BPP	*A01	70 gr. (+/- 10%)	2,0	2,4	14,6	90
Piens (auzu dzēriens)	*A01	110 gr. (+/- 10%)	0,8	2,0	6,3	48
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
<b>Kopā :</b>			<b>17,7</b>	<b>27,5</b>	<b>84,4</b>	<b>680</b>

Trešdiena	11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Frikadeļu zupa		150 gr. (+/- 10%)	6,1	5,0	18,2	153
Dārzeņu sautējums ar gaļu BPP	*A01	210 gr. (+/- 10%)	8,4	11,0	18,8	224
Majonēze BPP	*A03, A10	20 gr. (+/- 10%)	0,2	16,0	0,6	147
Marinēts gurķis		60 gr. (+/- 10%)	0,6	0,1	2,3	15
Upenu 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
<b>Kopā :</b>			<b>19,4</b>	<b>36,5</b>	<b>73,7</b>	<b>746</b>

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Ceturtdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
<b>-Maltās gaļas veltnītis BPP</b>	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	11,4	18,7	3,3	246	
<b>Vārīti kartupeļi</b>		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112	
<b>Brūnā mērce ar burkāniem BPP</b>	*A01	45 gr. (+/- 10%)	0,5	4,0	3,3	56	
<b>Balto redīsu salāti ar majonēzi BPP</b>	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	0,6	8,6	1,8	87	
<b>Dzērvenu morss</b>		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56	
<b>Dundagas krēms BPP</b>	*A01	50 gr. (+/- 10%)	1,2	3,0	11,6	79	
<b>Upēņu ķīselis</b>		100 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	8,7	36	
<b>Pilngraudu kliju maize</b>	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	26	
<b>Rudzu maize</b>	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52	
<b>Kopā :</b>			<b>19,4</b>	<b>35,0</b>	<b>79,1</b>	<b>750</b>	

Piektdiena		12	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
<b>Zivju zupa</b>	*A04	150 gr. (+/- 10%)	4,4	4,4	9,4	98	
<b>Sautēta cūkgaļa burkānu mērcē BPP</b>	*A01	90 gr. (+/- 10%)	7,8	14,8	5,5	201	
<b>Vārīti makaroni BPP</b>	*A01	130 gr. (+/- 10%)	4,1	0,5	27,1	125	
<b>Biešu salāti ar eļļu</b>		60 gr. (+/- 10%)	0,8	3,9	4,9	59	
<b>Jānogu kompots</b>		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34	
<b>Pilngraudu kliju maize</b>	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	26	
<b>Rudzu maize</b>	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52	
<b>Piens (auzu dzēriens)</b>	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88	
<b>Kopā :</b>			<b>21,2</b>	<b>27,8</b>	<b>87,3</b>	<b>683</b>	

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	99,2	153,7	401,2	3554

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_