

Neiba SIA
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.3

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Svaigu kāpostu zupa BG		200 gr. (+/- 10%)	3,0	3,5	14,4	106
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Sautēta cūkgaļa mērcē BG	*A07	110 gr. (+/- 10%)	9,8	19,2	5,4	252
Vārīti kartupeļi		200 gr. (+/- 10%)	4,0	0,0	29,6	140
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	3,1	4,7	7,3	87
Upenu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	9,9	43
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			26,3	33,2	75,7	739

Otrdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Makaroni ar malto gaļu BG		250 gr. (+/- 10%)	10,7	10,4	63,2	401
Burkānu - puravu salāti ar krējumu BG	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1,3	2,4	5,4	53
Ogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
Biezpiena un kakao saldā masa	*A07	60 gr. (+/- 10%)	6,4	9,6	7,4	146
Upenu ķīselis		130 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	11,3	47
Kopā :			18,8	22,8	98,7	684

Trešdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Sakņu zupa ar saldo krējumu BG	*A07	200 gr. (+/- 10%)	2,5	6,4	11,9	119
Vistas gaļas kotlete BG	*A03	70 gr. (+/- 10%)	14,4	12,3	1,3	175
Vārīti kartupeļi		200 gr. (+/- 10%)	4,0	0,0	29,6	140
Piena mērce BG	*A07	50 gr. (+/- 10%)	0,9	2,4	4,9	45
Kāpostu, burkānu un baltā redīsa salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1,0	4,8	4,0	66
Ogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
Skolas ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Kopā :			23,4	26,1	74,4	634

Ceturtdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Maltās gaļas mērce BG	*A07	110 gr. (+/- 10%)	5,6	13,1	4,7	171
Kartupeļu biezenis	*A07	210 gr. (+/- 10%)	5,7	2,1	35,6	192
Biešu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1,4	4,9	6,2	76
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Vanīlas krēms	*A07	60 gr. (+/- 10%)	3,4	13,4	10,4	175
Jāņogu ķīselis		130 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	15,5	42
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			22,3	37,5	81,6	752

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Svaigu kāpostu borščs BG		200 gr. (+/- 10%)	1,2	4,0	5,6	66
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Plovs ar cūkgaļu BG		250 gr. (+/- 10%)	11,9	19,6	37,4	395
Burkānu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1,2	4,8	5,0	74
Jānogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34
Skolas ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			21,2	34,1	84,9	731

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: 11

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	111,9	153,6	415,3	3540

Sastādīja _____

Apstiprinu _____