

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (5.-9. kl.)

 Mainoties
 pasūtījumam
 iespējamās
 izmaiņas

Pirmdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Svaigu kāpostu zupa		200 gr. (+/- 10%)	3,0	3,5	14,5	107
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Cepts vistas šķiņķītis		70 gr. (+/- 10%)	12,3	12,5	0,0	201
Vārīti rīsi	*A01	160 gr. (+/- 10%)	4,2	0,5	40,2	182
Piena - tomātu mērce	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	1,3	2,4	5,4	49
Burkānu - kāļu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0,9	5,6	5,5	81
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	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 :			30,0	30,4	88,4	810

Otrdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļa dārzeņu mērcē	*A01,A07	110 gr. (+/- 10%)	7,0	21,7	2,5	246
Kartupeļu biezenis	*A07	200 gr. (+/- 10%)	5,5	2,0	34,0	183
Ķīnas kāposta un kukurūzas salāti ar krēju	*A07	80 gr. (+/- 10%)	3,9	4,3	10,4	101
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Kakao biežais ķīselis	*A07	100 gr. (+/- 10%)	4,3	3,5	24,3	147
Piens	*A07	130 gr. (+/- 10%)	3,9	2,6	5,9	62
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :			26,7	34,6	104,7	873

Tresdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Frikadeļu zupa		200 gr. (+/- 10%)	8,1	6,7	24,3	204
Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu	*A07	250 gr. (+/- 10%)	10,1	14,9	22,2	282
Skābais krējums	*A07	25 gr. (+/- 10%)	0,6	7,5	0,6	76
Marinēts gurķis		80 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	3,0	20
Upenu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	9,9	43
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	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 :			28,1	33,9	82,5	797

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Maltās galas veltnītis	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	10,6	19,5	5,8	258
Vārīti kartupeļi		190 gr. (+/- 10%)	3,8	0,0	28,1	133
Brūnā mērce ar burkāniem	*A01,A07	55 gr. (+/- 10%)	1,3	1,6	3,6	38
Balto redīsu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1,0	4,3	2,4	54
Dzērvenu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Dundagas krēms	*A01,A07	80 gr. (+/- 10%)	3,4	6,3	17,5	140
Upenu ķīselis		130 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	11,3	47
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :			22,3	32,3	96,4	804

Piektdiena	9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Zivju zupa	*A04	200 gr. (+/- 10%)	5,9	5,9	12,5	131
Sautēta cūkgala burkānu mērcē	*A01,A07	110 gr. (+/- 10%)	10,0	15,3	6,4	221
Vārīti makaroni	*A01,A07	160 gr. (+/- 10%)	5,0	2,9	33,4	175
Biešu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1,1	5,2	6,6	79
Jāņogu komposts		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	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 :			30,4	33,9	97,7	813

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	137,5	165,0	469,6	4098

Sastādīja _____

Apstiprinu _____