

Neiba SIA  
 Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties  
 pasūtījumam  
 iespējamās  
 izmaiņas

Pirmdiena	12	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Vistas - nūdeļu zupa	*A01,A03	150 gr. (+/- 10%)	3,9	3,2	10,0	94
Gulašs BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	7,9	15,2	5,7	206
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
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
<b>Kopā :</b>			<b>20,1</b>	<b>28,0</b>	<b>86,2</b>	<b>722</b>

Otrdiena	11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Maltās gaļas un dārzeņu sautējums		210 gr. (+/- 10%)	10,1	17,8	16,3	287
Krējums (augu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,1	0,6	0,5	9
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar krējumu	*A01	60 gr. (+/- 10%)	2,1	1,5	6,1	50
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Ogu uzpūtenis ar pienu BPP	*A01	200 gr. (+/- 10%)	2,5	2,6	37,9	153
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>17,2</b>	<b>23,1</b>	<b>87,6</b>	<b>631</b>

Trešdiena	13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Skābu kāpostu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	1,7	2,8	6,0	61
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Teftelis	*A01	80 gr. (+/- 10%)	8,4	12,8	22,8	251
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Piena - tomātu mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,6	4,1	4,6	60
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,9	3,9	5,2	60
Jānogu 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>18,9</b>	<b>28,4</b>	<b>103,0</b>	<b>750</b>

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

<b>Ceturtdiena</b>		11	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
<b>Bolonas mērce BPP</b>	*A01	90 gr. (+/- 10%)	6,9	12,1	3,6	163	
<b>Vārīti makaroni BPP</b>	*A01	130 gr. (+/- 10%)	4,1	0,5	27,1	125	
<b>Balto redīsu salāti ar eļļu</b>		60 gr. (+/- 10%)	0,5	4,8	1,7	54	
<b>Ūdens ar citronu</b>	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1	
<b>Putukrējums ar rīsiem BPP</b>	*A01	60 gr. (+/- 10%)	0,9	4,0	13,2	92	
<b>Ogu ķīselis</b>		140 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	13,8	48	
<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>			15,0	22,1	72,1	560	

<b>Piektdiena</b>		12	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
<b>Borščs ar pupiņām</b>	*A01	150 gr. (+/- 10%)	3,6	3,5	10,2	92	
<b>Krējums (auzu)</b>	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8	
<b>Vistas filejas karbonāde</b>	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	18,5	17,4	11,3	282	
<b>Kartupeļu biezenis BPP</b>	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144	
<b>Baltā piena mērce ar sīpoliem BPP</b>	*A01	45 gr. (+/- 10%)	0,7	4,4	4,5	62	
<b>Kāpostu, burkānu un kāļu salāti ar augu krē</b>	*A01	60 gr. (+/- 10%)	0,9	0,8	3,9	28	
<b>Upēņu kompots</b>		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	9,9	43	
<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>			31,9	31,6	93,3	823	

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	103,2	133,3	442,1	3486

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_