

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (1.-4. kl.)

 Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Otrdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Makaroni ar dārzeņiem un gaļu	*A01,A07	210 gr. (+/- 10%)	11,0	14,6	31,4	312
Burkānu salāti ar sēkliņām, ķiplokiem un eļ		60 gr. (+/- 10%)	1,2	4,4	4,1	65
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Auzu pārslu krēms	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	2,1	6,5	10,4	109
Jānoģu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	11,9	32
Baltmaize	*A01,A07,A11	20 gr. (+/- 10%)	1,5	0,5	10,2	53
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :			17,3	26,2	90,5	678

Tresdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Meksikāņu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	4,0	3,0	10,2	91
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Cūkgaļas mērce ar burkāniem un zirnīšiem	*A01,A07	90 gr. (+/- 10%)	8,6	12,2	5,6	182
Kartupeļu biezenis	*A07	170 gr. (+/- 10%)	4,6	1,7	28,9	155
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar krējumu	*A07	60 gr. (+/- 10%)	2,3	3,1	5,5	62
Ogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
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 :			28,0	26,2	84,2	714

Ceturtdiena	7	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas kotlete ar papriku un burkānu	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	8,9	16,7	3,0	221
Vārīti griķi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179
Brūnā mērce ar burkāniem	*A01,A07	45 gr. (+/- 10%)	1,0	1,3	3,0	31
Kāpostu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	1,1	2,2	3,4	39
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Oģu ķīselis ar pienu	*A07	220 gr. (+/- 10%)	3,4	2,3	16,6	94
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 :			23,3	24,8	73,2	643

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena		7	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Harčo zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	3,8	5,4	14,4	127	
Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu	*A07	230 gr. (+/- 10%)	9,3	13,7	20,4	259	
Biešu salāti ar majonēzi	*A03,A07,A10	60 gr. (+/- 10%)	0,9	2,3	5,4	46	
Jāņogu kompots		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 :			22,4	25,9	79,2	640	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: 11

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	91,0	103,2	327,0	2675

Sastādīja _____

Apstiprinu _____