

Neiba SIA  
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

Pirmdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Skābeņu zupa ar olu	*A01,A03	150 gr. (+/- 10%)	4,5	5,2	10,9	118
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Cūkgaļa sinepju mērcē BPP	*A01,A10	90 gr. (+/- 10%)	5,6	9,5	4,3	136
Vārīti griķi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	2,3	3,5	5,5	66
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>23,3</b>	<b>25,1</b>	<b>88,4</b>	<b>714</b>

Otrdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas kotlete tomātu mērcē BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	7,3	16,2	3,8	204
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Biešu salāti ar majonēzi BPP	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	0,9	6,8	4,9	84
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Dundagas krēms BPP	*A01	50 gr. (+/- 10%)	1,2	3,0	11,6	79
Jānogu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	11,9	32
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>15,2</b>	<b>26,5</b>	<b>82,6</b>	<b>645</b>

Trešdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Solanka		150 gr. (+/- 10%)	5,2	5,6	12,3	130
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Maltās gaļas mērce BPP	*A01	100 gr. (+/- 10%)	5,3	10,9	4,1	146
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144
Kāpostu salāti ar papriku un eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,9	3,7	2,7	50
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>19,6</b>	<b>25,7</b>	<b>89,0</b>	<b>676</b>

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Ceturtdiena	5	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 makaroni BPP</b>	*A01	130 gr. (+/- 10%)	4,1	0,5	27,1	125
<b>Piena mērce BPP</b>	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,6	4,3	3,7	58
<b>Burkānu - puravu salāti ar majonēzi BPP</b>	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	0,9	4,8	4,1	66
<b>Ūdens ar citronu</b>	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
<b>Jānogu uzpūtenis ar pienu BPP</b>	*A01	180 gr. (+/- 10%)	2,2	2,2	52,6	154
<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>21,6</b>	<b>31,0</b>	<b>103,4</b>	<b>726</b>

Piektdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
<b>Borščs ar svaigiem kāpostiem</b>		150 gr. (+/- 10%)	1,8	2,4	8,3	66
<b>Krējums (auzu)</b>	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
<b>Plovs ar cūkgaļu</b>	*A01	210 gr. (+/- 10%)	10,3	16,6	30,1	329
<b>Balto redīsu un burkānu salāti ar krējumu (a)</b>	*A01	60 gr. (+/- 10%)	0,6	1,1	3,1	27
<b>Upenu 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>			<b>17,0</b>	<b>25,2</b>	<b>75,6</b>	<b>638</b>

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	96,7	133,6	439,1	3398

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_