



Ēdienkarte

No **15-apr.-24**Līdz **19-apr.-24**

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Vistas - nūdelu zupa	*A01,A03	150 gr. (+/- 10%)	3,9	3,2	10,0	94
Sautēta cūkgaļa sīpolu mērcē BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	7,9	14,8	5,7	202
Vārieti makaroni BPP	*A01	130 gr. (+/- 10%)	4,1	0,5	27,1	125
Kāpostu, burkānu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	1,0	3,6	3,6	54
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
Kopā :			21,1	26,5	80,2	683

Otrdiena	13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Zivs kotlete BPP	*A01,A04	70 gr. (+/- 10%)	13,8	16,8	3,6	224
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144
Klasiskā brūnā mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,5	3,9	3,1	54
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
Upēņu ķīselis ar pienu (auzu)	*A01	220 gr. (+/- 10%)	0,9	2,1	16,9	93
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
Kopā :			23,7	25,4	85,7	697

Trešdiena	13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Zupa Rasolņiks	*A01	150 gr. (+/- 10%)	2,3	1,1	13,4	75
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Maltās gaļas un dārzeņu sautējums		220 gr. (+/- 10%)	10,6	18,7	17,1	300
Krējums (augu)	*A01	10 gr. (+/- 10%)	0,1	1,3	0,9	18
Marinēts gurķis		60 gr. (+/- 10%)	0,6	0,1	2,3	15
Ogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
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
Kopā :			17,8	26,1	69,3	616

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena		13	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
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	
Dzērvenu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56	
Vanīlas krēms BPP	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1,3	5,0	4,5	67	
Zemēnu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	8,9	36	
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	
Kopā :			17,0	26,3	96,4	720	

Piektdiena		13	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / 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	
Vistas gaļas - dārzeņu mērce BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	7,4	10,3	2,3	156	
Vārīti griķi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179	
Burkānu salāti ar sēkliņām un majonēzi BPP	*A01	60 gr. (+/- 10%)	1,2	7,3	4,2	91	
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	
Kopā :			21,2	27,2	87,0	693	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	Tauki	Oglhidr.	Kcal.
Kartē	100,8	131,5	418,6	3410

Sastādīja _____

Apstiprinu _____