



Ēdienkarte

No **22-apr.-24**Līdz **26-apr.-24**

Neiba SIA
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Sakņu zupa BPP	*A01	150 gr. (+/- 10%)	1,3	2,7	9,1	86
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 un ķiploku BPP	*A03, A10	60 gr. (+/- 10%)	0,9	4,8	4,6	68
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 :			17,6	27,5	87,4	710

Otrdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas kotlete ar ķimenēm BPP	*A03	70 gr. (+/- 10%)	10,3	19,9	0,9	243
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Piena mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,6	4,3	3,7	58
Biešu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,8	3,9	4,9	59
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Biezais piens ķīselis BPP	*A01	110 gr. (+/- 10%)	0,8	2,0	18,5	98
Upenu ķīselis		110 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	9,6	40
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 :			18,4	30,8	73,9	688

Trešdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Dārzeņu zupa ar vistas gaļu		150 gr. (+/- 10%)	5,9	4,1	9,9	116
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Boloņas mērce BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	6,9	12,1	3,6	163
Vārīti makaroni BPP	*A01	130 gr. (+/- 10%)	4,1	0,5	27,1	125
Kāpostu salāti ar majonēzi BPP	*A03, A10	60 gr. (+/- 10%)	1,0	8,0	3,0	89
Jāņogu 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 :			22,1	29,6	84,3	700

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Cūkgaļas šnicele BPP	*A01	70 gr. (+/- 10%)	9,0	15,4	9,4	228	
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144	
Brūnā mērce ar burkāniem BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,5	3,6	2,9	50	
Burkānu - kāļu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,7	4,2	4,2	61	
Dundagas krēms BPP	*A01	50 gr. (+/- 10%)	1,2	3,0	11,6	79	
Ogu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	9,9	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	
Kopā :			17,9	27,4	79,6	672	

Piektdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Pupu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	3,4	1,2	11,1	70	
Dārzeņu sautējums vistas šķiņķi BPP	*A01	200 gr. (+/- 10%)	11,9	9,5	13,1	195	
Majonēze BPP	*A03,A10	10 gr. (+/- 10%)	0,1	8,0	0,3	74	
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	3,2	3,7	9,5	87	
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	
Kopā :			22,7	26,8	67,7	633	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	98,7	142,2	393,0	3402

Sastādīja _____

Apstiprinu _____