

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (10.-12. kl.)

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Otrdiena	9	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Makaroni ar dārzeņiem un gaļu	*A01,A07	280 gr. (+/- 10%)	14,6	19,5	41,9	415
Burkānu salāti ar sēkliņām, ķiplokiem un eļ		100 gr. (+/- 10%)	1,9	7,3	6,8	108
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Auzu pārslu krēms	*A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	3,2	9,8	15,6	163
Jānoģu ķīselis		140 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	16,7	45
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 :			22,1	37,1	108,6	866

Tresdiena	9	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Meksikāņu zupa	*A01	250 gr. (+/- 10%)	6,6	5,1	17,1	151
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Cūkgaļas mērce ar burkāniem un zirnīšiem	*A01,A07	130 gr. (+/- 10%)	12,5	17,7	8,1	262
Kartupeļu biezenis	*A07	230 gr. (+/- 10%)	6,3	2,3	39,0	210
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar krējumu	*A07	100 gr. (+/- 10%)	3,8	5,2	9,1	103
Oģu 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	40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
Kopā :			33,0	32,6	106,7	907

Ceturtdiena	9	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	190 gr. (+/- 10%)	9,8	2,8	49,2	261
Brūnā mērce ar burkāniem	*A01,A07	65 gr. (+/- 10%)	1,5	1,9	4,3	45
Kāpostu salāti ar eļļu		100 gr. (+/- 10%)	1,8	3,6	5,6	65
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Oģu ķīselis ar pienu	*A07	320 gr. (+/- 10%)	5,0	3,3	24,1	137
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 :			29,1	28,8	99,8	808

Piektdiena	9	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Harčo zupa	*A01	250 gr. (+/- 10%)	6,3	9,0	24,0	212
Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu	*A07	290 gr. (+/- 10%)	11,8	17,3	25,8	327
Biešu salāti ar majonēzi	*A03,A07,A10	100 gr. (+/- 10%)	1,4	3,8	9,0	76
Jānoģu 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	40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
Piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			29,2	34,8	106,0	875

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	113,4	133,2	421,1	3455

Sastādīja _____

Apstiprinu _____