

Neiba SIA

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

 Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Siera sakņu zupa	*A07	250 gr. (+/- 10%)	4,0	6,6	14,5	167
Cūkgaļas Kurzemes stroganovs	*A01,A07	130 gr. (+/- 10%)	8,8	18,8	6,2	247
Vārīti griķi	*A01	190 gr. (+/- 10%)	9,8	2,8	49,2	261
Balto redīsu un burkānu salāti ar eļļu		100 gr. (+/- 10%)	1,0	4,6	4,5	67
Ogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
Baltmaize	*A01,A07,A11	20 gr. (+/- 10%)	1,5	0,5	10,2	53
Rudzu maize	*A01	40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
Kopā :			28,2	33,8	112,7	933

Otrdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas kotlete	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	10,5	20,0	2,5	251
Vārīti kartupeļi		220 gr. (+/- 10%)	4,4	0,0	32,6	154
Piena mērce	*A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	1,6	2,9	5,2	53
Biešu salāti ar krējumu	*A07	100 gr. (+/- 10%)	1,7	6,1	7,8	95
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Upēņu uzpūtenis ar pienu	*A01,A07	260 gr. (+/- 10%)	6,6	3,9	42,6	231
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 :			26,9	33,2	104,3	864

Tresdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Dārzeņu zupa ar vistas gaļu		250 gr. (+/- 10%)	9,9	6,8	16,5	193
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Boloņas mērce	*A01,A07	130 gr. (+/- 10%)	10,0	18,5	5,1	245
Vārīti makaroni	*A01,A07	190 gr. (+/- 10%)	6,0	3,5	39,6	208
Kāpostu, burkānu salāti ar majonēzi	*A03,A07,A10	100 gr. (+/- 10%)	1,7	5,6	6,8	88
Jāņogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34
Baltmaize	*A01,A07,A11	20 gr. (+/- 10%)	1,5	0,5	10,2	53
Rudzu maize	*A01	40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
Kopā :			32,3	36,9	111,5	939

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Vistas karbonāde ar krabju nūjinām, tomātu	*A01, A03, A04, A06, A07, A10	80 gr. (+/- 10%)	9,9	14,5	6,8	200
Kartupeļu biezenis	*A07	230 gr. (+/- 10%)	6,3	2,3	39,0	210
Klasiskā brūnā mērce	*A01, A07	60 gr. (+/- 10%)	1,5	1,9	4,1	44
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar eļļu		100 gr. (+/- 10%)	3,9	5,8	9,2	109
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Biezpiena saldā masa ar marmelādi	*A07	70 gr. (+/- 10%)	6,6	10,1	8,9	157
Ogu ķīselis		160 gr. (+/- 10%)	0,2	0,2	15,8	55
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 :			30,5	35,4	111,5	909

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: 11

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	117,9	139,3	440,0	3645

Sastādīja _____

Apstiprinu _____