



Ēdienkarte

No **02-apr.-24**
Līdz **05-apr.-24**

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (5.-9. kl.)

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Otrdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Makaroni ar dārzeņiem un gaļu	*A01,A07	240 gr. (+/- 10%)	12,5	16,7	35,9	356
Burkānu salāti ar sēkliņām, ķiplokiem un eļ		80 gr. (+/- 10%)	1,5	5,8	5,4	86
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Auzu pārslu krēms	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	2,6	8,2	13,0	136
Jānogu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	14,3	39
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 :	19,0	31,2	96,3	751

Tresdiena	8	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Meksikāņu zupa	*A01	200 gr. (+/- 10%)	5,3	4,1	13,7	121
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Cūkgaļas mērce ar burkāniem un zirnīšiem	*A01,A07	110 gr. (+/- 10%)	10,5	15,0	6,9	222
Kartupeļu biezenis	*A07	200 gr. (+/- 10%)	5,5	2,0	34,0	183
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	3,0	4,2	7,3	82
Ogu 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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
		Kopā :	34,2	31,5	104,1	884

Ceturtdiena	8	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	160 gr. (+/- 10%)	8,2	2,4	41,4	220
Brūnā mērce ar burkāniem	*A01,A07	55 gr. (+/- 10%)	1,3	1,6	3,6	38
Kāpostu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1,5	2,9	4,5	52
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Ogu ķīselis ar pienu	*A07	260 gr. (+/- 10%)	4,1	2,7	19,6	112
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 :	26,1	26,7	85,7	721

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena		8	Svars		Uzturvērtības porcijā			
					Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Harčo zupa	*A01	200 gr. (+/- 10%)	5,0	7,2	19,2	170		
Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu	*A07	260 gr. (+/- 10%)	10,6	15,5	23,1	293		
Biešu salāti ar majonēzi	*A03,A07,A10	80 gr. (+/- 10%)	1,1	3,1	7,2	61		
Jāņogu 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		
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96		
Kopā :			26,5	30,5	96,8	783		

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	105,8	119,8	382,8	3140

Sastādīja _____

Apstiprinu _____