

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (1.-4. kl.)

 Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Otrdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Harčo zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	3,8	5,4	14,4	127
Cūkgāļa sinepju mērcē	*A01,A07,A10	90 gr. (+/- 10%)	5,7	10,4	4,2	144
Vārīti griķi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	3,2	3,7	9,5	87
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	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			27,8	26,0	95,5	748

Tresdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Maltās gaļas veltnītis	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	10,6	19,5	5,8	258
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Piena mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1,0	1,9	3,5	36
Kāpostu, burkānu un baltā redīsa salāti ar kr	*A07	60 gr. (+/- 10%)	0,9	1,9	3,0	35
Kāpostu, burkānu un baltā redīsa salāti ar kr	*A07	60 gr. (+/- 10%)	0,9	1,9	3,0	35
Upēņu ķīselis ar pienu	*A07	220 gr. (+/- 10%)	3,4	2,3	15,6	97
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 :			22,2	28,0	68,0	650

Ceturtdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Maltās gaļas mērce	*A01,A07	90 gr. (+/- 10%)	4,9	10,7	3,5	140
Kartupeļu biezenis	*A07	170 gr. (+/- 10%)	4,6	1,7	28,9	155
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,9	3,9	5,2	60
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Biezpiena saldā masa	*A07	50 gr. (+/- 10%)	4,9	7,7	4,9	112
Ogu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	11,8	41
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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			23,7	28,5	76,9	683

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Vistas zupa		150 gr. (+/- 10%)	3,5	3,0	7,7	82
Škelto zirņu biežputra ar speķīti	*A01	200 gr. (+/- 10%)	20,4	21,8	48,7	472
Burkānu - puravu salāti ar majonēzes un krēm	*A03, A07, A10	60 gr. (+/- 10%)	0,9	2,1	4,1	42
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
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	27,3	88,2	730

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	100,5	109,8	328,5	2810

Sastādīja _____

Apstiprinu _____