

Neiba SIA

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

Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

Otrdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Harčo zupa	*A01	250 gr. (+/- 10%)	6,3	9,0	24,0	212
Cūkgaļa sinepju mērcē	*A01,A07,A10	120 gr. (+/- 10%)	7,6	13,9	5,5	193
Vāriti griķi	*A01	190 gr. (+/- 10%)	9,8	2,8	49,2	261
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar eļļu		100 gr. (+/- 10%)	5,3	6,2	15,8	145
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
<b>Kopā :</b>			<b>31,4</b>	<b>32,5</b>	<b>119,3</b>	<b>925</b>

Tresdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Maltās galas veltnītis	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	10,6	19,5	5,8	258
Vāriti kartupeļi		230 gr. (+/- 10%)	4,6	0,0	34,0	161
Piena mērce	*A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	1,6	2,9	5,2	53
Kāpostu, burkānu un baltā redīsa salāti ar kr	*A07	100 gr. (+/- 10%)	1,5	3,2	5,0	58
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Upēņu ķīselis ar pienu	*A07	320 gr. (+/- 10%)	5,0	3,4	22,7	141
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
<b>Kopā :</b>			<b>25,4</b>	<b>29,4</b>	<b>100,4</b>	<b>805</b>

Ceturtdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Maltās galas mērce	*A01,A07	120 gr. (+/- 10%)	6,5	14,3	4,7	186
Kartupeļu biezenis	*A07	230 gr. (+/- 10%)	6,3	2,3	39,0	210
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu		100 gr. (+/- 10%)	1,4	6,5	8,6	100
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
Biezpiena saldā masa	*A07	70 gr. (+/- 10%)	6,9	10,8	6,9	157
Ogu ķīselis		150 gr. (+/- 10%)	0,2	0,2	14,8	51
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
Piens	*A07	150 gr. (+/- 10%)	4,5	3,0	6,8	72
<b>Kopā :</b>			<b>28,0</b>	<b>37,4</b>	<b>94,3</b>	<b>855</b>

Piektdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas zupa		250 gr. (+/- 10%)	5,8	5,0	12,9	137
Škelto zirņu biežputra ar speķīti	*A01	270 gr. (+/- 10%)	27,8	26,8	67,2	621
Burkānu - puravu salāti ar majonēzes un krē	*A03,A07,A10	80 gr. (+/- 10%)	1,2	2,8	5,5	56
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
<b>Kopā :</b>			<b>37,0</b>	<b>35,0</b>	<b>113,2</b>	<b>947</b>

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	121,7	134,2	427,2	<b>3533</b>

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_