

Neiba SIA

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

 Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Otrdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Maltās gaļas veltnītis ar zaļumiem	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	10,7	19,5	6,0	259
Vārīti kartupeļi		190 gr. (+/- 10%)	3,8	0,0	28,1	133
Klasiskā brūnā mērce	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	1,2	1,6	3,4	37
Biešu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1,4	4,9	6,2	76
Ogu uzpūtenis ar pienu	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	5,0	2,8	36,6	157
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 :			24,2	29,2	108,0	796

Tresdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Vistas zupa		200 gr. (+/- 10%)	4,7	4,0	10,3	109
Cūkgaļas plov ar tomātu mērci	*A01	240 gr. (+/- 10%)	12,7	17,1	43,9	398
Svaigu tomātu un gurķu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0,8	2,0	2,0	29
Kefirs	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,6	7,4	5,0	134
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 :			29,0	31,3	88,1	826

Ceturtdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cīsiņi "Bērnu"	*A03,A07,A09,A10	75 gr. (+/- 10%)	6,9	15,6	0,0	172
Vārīti makaroni	*A01,A07	160 gr. (+/- 10%)	5,0	2,9	33,4	175
Piena - tomātu mērce	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	1,3	2,4	5,4	49
Burkānu - puravu salāti ar majonēzes un krēmu	*A03,A07,A10	80 gr. (+/- 10%)	1,2	2,8	5,5	56
Biezpiena un kakao saldā masa	*A07	50 gr. (+/- 10%)	5,3	8,0	6,2	122
Jāņogu ķīselis		130 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	15,5	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 :			22,1	32,2	93,5	750

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena	2	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
Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu	*A07	270 gr. (+/- 10%)	11,0	16,1	24,0	305
Skābais krējums	*A07	20 gr. (+/- 10%)	0,5	6,0	0,5	60
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	4,2	4,9	12,6	116
Upēņu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	9,9	43
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 :			24,9	33,3	82,5	789

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	100,3	126,0	372,1	3160

Sastādīja _____

Apstiprinu _____