



# Ēdienkarte

No 16-sept.-24

Līdz 20-sept.-24

Neiba SIA  
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

Pirmdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Meksikāņu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	4,0	3,0	10,2	91
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Cūkgaļas Kurzemes stroganovs BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	6,0	11,9	4,6	160
Vārīti makaroni BPP	*A01	130 gr. (+/- 10%)	4,1	0,5	27,1	125
Balto redīsu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,5	4,8	1,7	54
Jānoģu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34
Pilngraudu kliju maize	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
<b>Kopā :</b>			<b>17,3</b>	<b>21,5</b>	<b>72,9</b>	<b>548</b>

Otrdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Maltās gaļas mērce BPP	*A01	100 gr. (+/- 10%)	5,3	10,9	4,1	146
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	3,2	3,7	9,5	87
Dundagas krēms BPP	*A01	50 gr. (+/- 10%)	1,2	3,0	11,6	79
Jānoģu ķīselis		150 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	17,9	48
Dzērveņu morss		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Pilngraudu kliju maize	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
<b>Kopā :</b>			<b>15,6</b>	<b>18,2</b>	<b>93,4</b>	<b>605</b>

Trešdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Lauku zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	2,5	6,0	12,3	115
Plovs ar vistas gaļu un burkāniem	*A01	210 gr. (+/- 10%)	12,7	9,5	50,7	344
Svaigu gurķu salāti ar majonēzi BPP	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	0,6	6,3	1,2	64
Oģu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
Pilngraudu kliju maize	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
<b>Kopā :</b>			<b>18,6</b>	<b>22,6</b>	<b>88,1</b>	<b>636</b>

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Ceturtdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Maltās galas veltnītis BPP	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	11,4	18,7	3,3	246	
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144	
Klasiskā brūnā mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,5	3,9	3,1	54	
Kāpostu, burkānu salāti ar majonēzi BPP	*A03,A10	60 gr. (+/- 10%)	1,0	6,7	3,5	80	
Biezais piens	*A01	110 gr. (+/- 10%)	0,8	2,0	18,5	98	
Ogu ķīselis		110 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	10,8	38	
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1	
Pilngraudu kliju maize	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	26	
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52	
<b>Kopā :</b>			<b>20,2</b>	<b>32,6</b>	<b>81,1</b>	<b>737</b>	

Piektdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Frikadeļu zupa		150 gr. (+/- 10%)	6,1	5,0	18,2	153	
Cūkgaļa sinepju mērcē BPP	*A01,A10	90 gr. (+/- 10%)	5,6	9,5	4,3	136	
Vārīti griķi	*A01	130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179	
Tomātu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,6	2,3	1,9	32	
Upenu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	9,9	43	
Pilngraudu kliju maize	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	26	
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52	
<b>Kopā :</b>			<b>21,7</b>	<b>19,5</b>	<b>80,5</b>	<b>619</b>	

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	93,4	114,4	416,0	3147

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_