



Ēdienkarte

No **23-sept.-24**Līdz **27-sept.-24**

Neiba SIA
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Skābeņu zupa ar olu	*A01,A03	150 gr. (+/- 10%)	4,5	5,2	10,9	118
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Sautēta cūkgaļa sīpolu mērcē BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	7,9	14,8	5,7	202
Vārīti griķi		130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179
Burkānu - puravu salāti ar majonēzi BPP	*A03,A10	70 gr. (+/- 10%)	1,0	5,6	4,7	77
Ogu 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
Kopā :			22,8	28,9	79,2	696

Otrdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Cūkgaļas šnicele BPP	*A01	70 gr. (+/- 10%)	9,0	15,4	9,4	228
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Baltā piena mērce ar burkāniem BPP	*A01	45 gr. (+/- 10%)	0,7	4,4	4,4	62
Biešu salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	0,9	4,5	5,7	69
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Vanīlas masa BPP	*A01	50 gr. (+/- 10%)	0,5	6,5	7,3	100
Jānogu ķīselis		130 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	15,5	42
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
Kopā :			17,1	31,5	94,1	726

Trešdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Borščs ar svaigiem kāpostiem		150 gr. (+/- 10%)	1,8	2,4	8,3	66
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Škelto zirņu biezputra ar speķīti	*A01	200 gr. (+/- 10%)	20,6	19,5	49,9	458
Ķīnas kāposta un dārzeņu salāti ar krējumu	*A01	70 gr. (+/- 10%)	2,5	1,8	7,1	58
Upēnu 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
Kopā :			27,7	25,1	88,1	709

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas gaļas kotlete BPP	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	14,8	12,4	2,7	184	
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112	
Klasiskā brūnā mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,5	3,9	3,1	54	
Kāpostu salāti ar papriku, burkānu un eļļu		70 gr. (+/- 10%)	1,1	4,3	3,5	60	
Sulas dzēriens (apelsīns)		200 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	18,0	70	
Vanīlas krēms BPP	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1,3	5,0	4,5	67	
Ogu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	11,8	41	
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	
Kopā :			24,3	26,5	79,8	666	

Piektdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Zupa Rasoļņiks	*A01	150 gr. (+/- 10%)	2,3	1,1	13,4	75	
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8	
Makaroni ar malto gaļu	*A01	250 gr. (+/- 10%)	13,6	10,3	57,6	381	
Svaigu tomātu un gurķu salāti ar krējumu B	*A01	70 gr. (+/- 10%)	0,8	1,2	2,2	24	
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88	
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	
Kopā :			20,6	17,3	97,4	652	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	112,6	129,2	438,6	3449

Sastādīja _____

Apstiprinu _____