

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.2

 Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

Pirmdiena	6	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Dārzeņu zupa ar vistas gaļu		200 gr. (+/- 10%)	7,9	5,5	13,2	155
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Boloņas mērce BPP	*A01	120 gr. (+/- 10%)	9,2	16,2	4,9	218
Vārīti makaroni BPP	*A01	160 gr. (+/- 10%)	5,0	0,6	33,3	154
Kāpostu salāti ar papriku un eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1,2	5,0	3,5	66
Upēņu 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	40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
<b>Kopā :</b>			<b>27,5</b>	<b>28,8</b>	<b>86,0</b>	<b>772</b>

Otrdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Cūkgaļas kotlete BPP	*A03	70 gr. (+/- 10%)	10,3	20,9	0,8	252
Vārīti kartupeļi		190 gr. (+/- 10%)	3,8	0,0	28,1	133
Piena mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,6	4,3	3,7	58
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar majonēzi	*A03, A10	80 gr. (+/- 10%)	2,8	10,6	7,3	138
Ogu ķīselis ar auzu pienu	*A01	260 gr. (+/- 10%)	1,1	2,5	26,3	127
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>21,0</b>	<b>38,8</b>	<b>93,0</b>	<b>841</b>

Trešdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Zivju zupa	*A04	250 gr. (+/- 10%)	7,4	7,3	15,6	163
Sautējums "Mājas gaumē"		260 gr. (+/- 10%)	13,1	21,4	25,8	373
Majonēze BPP	*A03, A10	10 gr. (+/- 10%)	0,1	8,0	0,3	74
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1,1	5,2	6,9	80
Jāņogu 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	40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
<b>Kopā :</b>			<b>25,8</b>	<b>42,7</b>	<b>86,0</b>	<b>853</b>

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Ceturtdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
<b>Cepts vistas šķiņķītis</b>			70 gr. (+/- 10%)	12,3	12,5	0,0	201
<b>Vārīti rīsi</b>	*A01		160 gr. (+/- 10%)	4,2	0,5	40,2	182
<b>Brūnā mērce ar burkāniem BPP</b>	*A01		55 gr. (+/- 10%)	0,6	4,9	4,0	69
<b>Svaigu tomātu un gurķu salāti ar eļļu</b>			80 gr. (+/- 10%)	0,8	2,0	2,0	29
<b>Auzu pārslu krēms BPP</b>	*A01		50 gr. (+/- 10%)	2,1	5,8	13,6	114
<b>Upēņu ķīselis</b>			120 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	10,4	44
<b>Dzērveņu morss</b>			200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
<b>Pilngraudu kliju maize</b>	*A01		10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	26
<b>Rudzu maize</b>	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
			<b>Kopā :</b>	22,6	26,3	97,0	773

Piektdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
<b>Svaigu kāpostu zupa</b>			200 gr. (+/- 10%)	3,0	3,5	14,5	107
<b>Krējums (auzu)</b>	*A01		5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
<b>Gulašs BPP</b>	*A01		110 gr. (+/- 10%)	9,6	18,6	6,9	252
<b>Kartupeļu biezenis BPP</b>	*A01		200 gr. (+/- 10%)	4,6	0,7	34,4	169
<b>Burkānu salāti ar sēkliņām un eļļu</b>			80 gr. (+/- 10%)	1,4	4,7	5,5	76
<b>Ogu kompots</b>			200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
<b>Pilngraudu kliju maize</b>	*A01		10 gr. (+/- 10%)	1,1	0,4	4,2	26
<b>Rudzu maize</b>	*A01		40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
			<b>Kopā :</b>	22,8	29,0	93,9	776

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	119,7	165,7	455,9	4014

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_