



Ēdienkarte

No **07-okt.-24**Līdz **11-okt.-24**Neiba SIA
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Vistas - rīsu zupa		250 gr. (+/- 10%)	6,5	5,1	19,7	168
Bolonas mērce BPP	*A01	100 gr. (+/- 10%)	7,6	13,5	4,0	182
Vārīti makaroni BPP	*A01	130 gr. (+/- 10%)	4,1	0,5	27,1	125
Burkānu - kāļu salāti ar krējumu BPP	*A01	70 gr. (+/- 10%)	0,9	0,9	5,4	37
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
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88
Kopā :			23,3	24,4	91,6	713

Otrdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Cūkgaļas kotlete ar papriku un burkānu BPP	*A01A03	80 gr. (+/- 10%)	9,0	16,3	3,1	219
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Piena mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,6	4,3	3,7	58
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu		70 gr. (+/- 10%)	1,0	4,5	6,0	70
Sulas dzēriens (apelsīns)		200 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	18,0	70
Ogu ķīselis ar putukrējumu BPP	*A01	140 gr. (+/- 10%)	0,2	4,2	15,6	94
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 :			17,3	30,1	82,7	700

Trešdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Sakņu zupa BPP	*A01	150 gr. (+/- 10%)	1,3	2,7	9,1	86
Dārzeņu sautējums ar gaļu BPP	*A01	250 gr. (+/- 10%)	10,0	13,1	22,4	266
Marinēts gurķis		70 gr. (+/- 10%)	0,7	0,1	2,7	17
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	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88
Kopā :			16,1	20,3	68,0	577

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cepts vistas šķinkītis		70 gr. (+/- 10%)	12,3	12,5	0,0	201
Vārīti rīsi		130 gr. (+/- 10%)	3,4	0,4	32,7	148
Klasiskā brūnā mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,5	3,9	3,1	54
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar majonēzi	*A03, A10	70 gr. (+/- 10%)	3,3	9,4	9,2	137
Sulas dzēriens mix (ābols, upene, ķirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Auzu pārslu krēms BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	1,7	4,6	10,9	92
Upenu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	8,7	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 :			23,8	31,5	92,6	781

Piektdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Dārzeņu zupa ar cūkgaļu		150 gr. (+/- 10%)	4,6	6,5	7,7	117
Cūkgaļas Kurzemes stroganovs BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	6,0	11,9	4,6	160
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144
Kāpostu, burkānu salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	1,1	2,9	3,9	49
Jānogu komposts		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
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88
Kopā :			19,7	26,1	85,8	669

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	100,2	132,4	420,7	3440

Sastādīja _____

Apstiprinu _____