

Neiba SIA  
Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (1.-4. kl.)

Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

Pirmdiena	14	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Vistas - rīsu zupa		150 gr. (+/- 10%)	3,9	3,1	11,8	101
Bolonas mērce	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	7,7	14,3	3,9	188
Vāriti makaroni	*A01,A07	130 gr. (+/- 10%)	4,1	2,4	27,1	142
Burkānu - kāļu salāti ar krējumu	*A07	70 gr. (+/- 10%)	1,0	2,1	4,9	46
Ogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Skolas ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
<b>Kopā :</b>			<b>25,5</b>	<b>26,4</b>	<b>92,9</b>	<b>738</b>

Otrdiena	14	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas kotlete ar papriku un burkānu	*A01,A03,A07,A11	80 gr. (+/- 10%)	8,9	16,3	3,4	219
Vāriti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Piena mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1,0	1,9	3,5	36
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
Upenu ķīselis ar pienu	*A07	220 gr. (+/- 10%)	3,4	2,3	15,6	97
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
<b>Kopā :</b>			<b>20,5</b>	<b>25,6</b>	<b>83,6</b>	<b>682</b>

Tresdiena	14	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Siera sakņu zupa	*A07	150 gr. (+/- 10%)	2,4	4,0	8,7	100
Mājas sautējums ar cūkgaļu	*A01	250 gr. (+/- 10%)	10,9	17,5	22,4	312
Marinēts gurķis		70 gr. (+/- 10%)	0,7	0,1	2,7	17
Jāņogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34
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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Skolas ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
<b>Kopā :</b>			<b>22,8</b>	<b>26,2</b>	<b>84,0</b>	<b>688</b>

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Ceturtdiena	14	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cepts vistas šķiņķītis		70 gr. (+/- 10%)	12,3	12,5	0,0	201
Vārīti rīsi		130 gr. (+/- 10%)	3,4	0,4	32,7	148
Brūnā mērce ar burkāniem	*A01,A07	45 gr. (+/- 10%)	1,0	1,3	3,0	31
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar krējumu	*A07	70 gr. (+/- 10%)	2,6	3,7	6,4	72
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Auzu pārslu krēms	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	2,1	6,5	10,4	109
Ogu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	9,9	34
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
<b>Kopā :</b>			<b>23,8</b>	<b>25,0</b>	<b>91,3</b>	<b>710</b>

Piektdiena	17	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Frikadeļu zupa		150 gr. (+/- 10%)	6,1	5,0	18,2	153
Cūkgaļas Kurzemes stroganovs	*A01,A07	90 gr. (+/- 10%)	6,1	13,0	4,3	171
Kartupeļu biezenis	*A07	170 gr. (+/- 10%)	4,6	1,7	28,9	155
Kāpostu,burkānu salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	1,1	2,9	3,9	49
Upenu 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	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
<b>Kopā :</b>			<b>26,3</b>	<b>27,4</b>	<b>87,6</b>	<b>744</b>

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	118,9	130,6	439,5	3563

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_