

Neiba SIA
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Harčo zupa		150 gr. (+/- 10%)	3,8	5,4	14,4	127
Vistas gaļas mērce ar burkāniem un zirnīšiem ^{*A01}		90 gr. (+/- 10%)	10,5	8,3	6,1	146
Vāriti rīsi		130 gr. (+/- 10%)	3,4	0,4	32,7	148
Balto redīsu un burkānu salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	0,7	3,2	3,1	47
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
Piens (auzu dzēriens) ^{*A01}		200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88
Skolas ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Kopā :			22,6	21,5	91,7	685

Otrdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cīsiņi BPP		75 gr. (+/- 10%)	2,2	14,1	2,2	176
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
Burkānu - puravu salāti ar majonēzi BPP ^{*A03,A10}		70 gr. (+/- 10%)	1,0	5,6	4,7	77
Sulas dzēriens (apelsīns)		200 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	18,0	70
Upēņu uzpūtenis ar pienu BPP ^{*A01}		180 gr. (+/- 10%)	2,3	2,5	29,9	154
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
Skolas ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Kopā :			13,5	27,4	111,0	802

Trešdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Soļanka BPP		150 gr. (+/- 10%)	4,8	4,7	12,0	122
Krējums (auzu) ^{*A01}		5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Cepta zivs siera mīklā BPP ^{*A01,A03,A04}		70 gr. (+/- 10%)	13,8	9,9	5,6	164
Vāriti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Baltā piena mērce ar sīpoliem BPP ^{*A01}		45 gr. (+/- 10%)	0,7	4,4	4,5	62
Kāpostu salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	1,3	2,5	3,9	45
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 :			26,6	22,9	74,0	627

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Makaroni ar malto gaļu	*A01	210 gr. (+/- 10%)	12,2	10,9	44,8	332	
Biešu salāti ar marinētiem gurkiem un mājo	*A03, A10	70 gr. (+/- 10%)	0,9	11,3	4,7	125	
Sulas dzēriens mix (ābols, upene, ķirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36	
Rudzu maizes krēms BPP	*A01	30 gr. (+/- 10%)	0,7	5,0	10,0	89	
Zemēņu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	8,9	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 :			17,9	31,4	108,1	783	

Piektdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Skābu kāpostu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	1,7	2,8	6,0	61	
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8	
Cūkgaļas tefteli tomātu mērcē BPP	*A01, A03	110 gr. (+/- 10%)	8,6	14,0	12,7	227	
Vārīti kartupeļi		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112	
Ķīnas kāposta un kukurūzas salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	3,7	4,3	11,0	101	
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 :			21,4	26,1	87,5	717	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	102,1	129,2	472,3	3614

Sastādīja _____

Apstiprinu _____