

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	250 gr. (+/- 10%)	7,4	8,7	18,1	196
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Cūkgaļa sinepju mērcē BPP	*A01,A10	90 gr. (+/- 10%)	5,6	9,5	4,3	136
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
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	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88
<b>Kopā :</b>			<b>25,0</b>	<b>30,6</b>	<b>101,6</b>	<b>794</b>

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	40 gr. (+/- 10%)	0,6	3,9	3,9	55
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 ar marmelādi BPP	*A01	45 gr. (+/- 10%)	0,4	4,7	11,7	96
Jāņogu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	14,3	39
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
<b>Kopā :</b>			<b>17,3</b>	<b>29,2</b>	<b>108,1</b>	<b>763</b>

Trešdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Borščs ar skābiem kāpostiem		150 gr. (+/- 10%)	1,7	2,4	7,6	63
Krējums (auzu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Grūbu biezputra ar kūpinātu gaļu BPP	*A01	200 gr. (+/- 10%)	7,1	18,7	35,0	338
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar krējumu	*A01	70 gr. (+/- 10%)	2,5	1,8	7,1	58
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
Skolas ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
<b>Kopā :</b>			<b>14,5</b>	<b>24,3</b>	<b>83,7</b>	<b>637</b>

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Ceturtdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Vistas gaļas kotlete BPP	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	13,2	10,4	3,9	164	
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	
Balto redīsu salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	0,6	4,2	2,0	50	
Sulas dzēriens (apelsīns)		200 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	18,0	70	
Kakao krems BPP	*A01	30 gr. (+/- 10%)	0,3	5,9	4,3	71	
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	
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88	
<b>Kopā :</b>			<b>22,6</b>	<b>28,8</b>	<b>90,7</b>	<b>727</b>	

Piektdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Zupa Rasolņiks	*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 tomātu mērcē	*A01	250 gr. (+/- 10%)	13,6	16,1	48,9	404	
Kāpostu salāti ar papriku, burkānu un krējumu	*A01	70 gr. (+/- 10%)	1,1	1,4	4,2	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	
<b>Kopā :</b>			<b>21,3</b>	<b>23,5</b>	<b>102,2</b>	<b>725</b>	

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	Tauki	Oglhidr.	Kcal.
Kartē	100,7	136,4	486,3	3646

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_