



# Ēdienkarte

No 13-janv.-25

Līdz 17-janv.-25

Neiba SIA  
Pilsrundāles vsk Launags (1.-4. kl.)Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

Pirmdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Karstmaize ar sieru un burkāniem</u>	*A01,A03,A07,A10	90 gr. (+/- 10%)	5,8	14,4	21,3	239	
<b>Kopā :</b>			<b>5,8</b>	<b>14,4</b>	<b>21,3</b>	<b>239</b>	
Otrdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Makaroni ar siera mērci</u>	*A01,A07	120 gr. (+/- 10%)	7,7	7,5	44,6	270	
<b>Kopā :</b>			<b>7,7</b>	<b>7,5</b>	<b>44,6</b>	<b>270</b>	
Tresdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Pankūkas</u>	*A01,A03,A07	120 gr. (+/- 10%)	4,2	12,1	19,2	205	
<u>Ievārijums</u>		10 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	6,1	25	
<b>Kopā :</b>			<b>4,3</b>	<b>12,1</b>	<b>25,3</b>	<b>230</b>	
Ceturtdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Persiku jogurts ar kukurūzas pārslām</u>	*A01,A07	120 gr. (+/- 10%)	4,7	2,0	30,3	159	
<u>Magonu smalkmaizīte</u>	*A01,A03,A07	60 gr. (+/- 10%)	4,1	7,5	27,3	196	
<b>Kopā :</b>			<b>8,8</b>	<b>9,5</b>	<b>57,6</b>	<b>355</b>	
Piektdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Kūgelis ar kūpinātu gaļu</u>	*A01,A03	120 gr. (+/- 10%)	6,6	16,1	27,1	284	
<u>Skābais krējums</u>	*A07	15 gr. (+/- 10%)	0,4	4,5	0,4	45	
<b>Kopā :</b>			<b>7,0</b>	<b>20,6</b>	<b>27,5</b>	<b>329</b>	

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / :

	Olbalt.	/	Tauki	/	Ogļhidr.	/	Kcal.
Kartē	33,6		64,1		176,4		1424

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_