

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (5.-9. kl.)

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

Pirmdiena		15	Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Vistas - rīsu zupa			200 gr. (+/- 10%)	5,2	4,1	15,8	134
Boloņas mērce	*A01,A07		120 gr. (+/- 10%)	9,2	17,1	4,7	226
Vārīti makaroni	*A01,A07		160 gr. (+/- 10%)	5,0	2,9	33,4	175
Burkānu - kāļu salāti ar krējumu	*A07		90 gr. (+/- 10%)	1,3	2,7	6,3	59
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		40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
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
Kopā :				30,9	31,6	113,6	907

Otrdiena		15	Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Cūkgaļas kotlete ar papriku un burkānu	*A01,A07,A11		80 gr. (+/- 10%)	8,9	16,3	3,4	219
Vārīti kartupeļi			190 gr. (+/- 10%)	3,8	0,0	28,1	133
Piena mērce	*A01,A07		50 gr. (+/- 10%)	1,3	2,4	4,3	44
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu			90 gr. (+/- 10%)	1,3	5,8	7,7	90
Sulas dzēriens (apelsīns)			200 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	18,0	70
Upeņu ķīselis ar pienu	*A07		260 gr. (+/- 10%)	4,1	2,7	18,5	115
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
Kopā :				22,2	27,8	93,5	750

Tresdiena		15	Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Siera sakņu zupa	*A07		200 gr. (+/- 10%)	3,2	5,3	11,6	133
Mājas sautējums ar cūkgaļu	*A01		280 gr. (+/- 10%)	12,2	19,6	25,1	350
Marinēts gurķis			90 gr. (+/- 10%)	0,9	0,2	3,4	22
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		40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
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
Kopā :				26,5	29,8	98,7	816

Ceturtdiena		15	Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Cepts vistas šķiņķītis			70 gr. (+/- 10%)	12,3	12,5	0,0	201
Vārīti rīsi			160 gr. (+/- 10%)	4,2	0,5	40,2	182
Brūnā mērce ar burkāniem	*A01,A07		55 gr. (+/- 10%)	1,3	1,6	3,6	38
Ķīnas kāpostu un dārzeņu salāti ar krējumu	*A07		90 gr. (+/- 10%)	3,4	4,7	8,2	93

Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Auzu pārslu krēms	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	2,6	8,2	13,0	136
Ogu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	11,8	41
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
Kopā :			26,1	28,1		805
				105,9		

Piektdiena	18	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Frikadeļu zupa		200 gr. (+/- 10%)	8,1	6,7	24,3	204
Cūkgaļas Kurzemes stroganovs	*A01,A07	110 gr. (+/- 10%)	7,4	15,9	5,3	209
Kartupeļu biezenis	*A07	200 gr. (+/- 10%)	5,5	2,0	34,0	183
Kāpostu,burkānu salāti ar eļļu		90 gr. (+/- 10%)	1,4	3,8	5,0	63
Upeņu 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	40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			32,2	33,3		926
				109,2		

*iespējams ēdiens satur norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	138,	150,6		420

Sastādīja _____

Apstiprinu _____