

Neiba SIA

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

 Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Skābeņu zupa ar olu	*A01,A03	200 gr. (+/- 10%)	5,9	6,9	14,5	157
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Cūkgaļa sinepju mērcē	*A01,A07,A10	110 gr. (+/- 10%)	7,0	12,7	5,1	177
Vārīti griķi		160 gr. (+/- 10%)	8,2	2,4	41,4	220
Burkānu - puravu salāti ar majonēzes un krēm	*A03,A07,A10	90 gr. (+/- 10%)	1,3	3,2	6,2	63
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
Kopā :			32,4	31,4	114,6	891

Otrdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas šniece	*A01,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	8,8	15,3	9,9	228
Vārīti kartupeļi		190 gr. (+/- 10%)	3,8	0,0	28,1	133
Baltā piena mērce ar burkāniem	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	1,3	2,2	4,6	44
Biešu salāti ar eļļu		90 gr. (+/- 10%)	1,2	5,8	7,4	88
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Biezpiena saldā masa ar marmelādi	*A07	55 gr. (+/- 10%)	5,1	8,0	7,0	123
Jāņogu ķīselis		140 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	16,7	45
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 ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Kopā :			23,1	31,8	114,0	827

Tresdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Borščs ar skābiem kāpostiem		200 gr. (+/- 10%)	2,2	3,3	10,1	84
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Grūbu biezputra ar kūpinātu gaļu	*A01,A07	250 gr. (+/- 10%)	10,2	26,4	42,4	448
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar krējumu	*A07	90 gr. (+/- 10%)	3,4	4,7	8,2	93
Upēņu 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 ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Kopā :			20,1	36,7	103,8	863

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Vistas gaļas kotlete	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	13,0	10,3	4,4	164
Vārīti kartupeļi		190 gr. (+/- 10%)	3,8	0,0	28,1	133
Klasiskā brūnā mērce	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	1,2	1,6	3,4	37
Balto redīsu salāti ar eļļu		90 gr. (+/- 10%)	0,8	5,4	2,6	64
Sulas dzēriens (apelsīns)		200 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	18,0	70
Kakao krems	*A07	40 gr. (+/- 10%)	1,2	10,5	4,7	118
Ogu ķīselis		130 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	12,8	45
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
Kopā :			29,1	32,6	96,6	805

Piektdiena	2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Zupa Rasolņiks	*A01	200 gr. (+/- 10%)	3,1	1,4	17,8	100
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Makaroni ar malto gaļu tomātu mērcē	*A01	280 gr. (+/- 10%)	15,3	18,0	54,8	452
Kāpostu salāti ar papriku un krējumu	*A07	90 gr. (+/- 10%)	1,6	4,1	4,0	62
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
Kopā :			29,9	29,8	119,0	891

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/	Tauki	/	Ogļhidr.	/	Kcal.
Kartē	134,5		162,2		547,9		4278

Sastādīja _____

Apstiprinu _____