



# Ēdienkarte

No 03-febr.-25  
Līdz 07-febr.-25

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	150 gr.(+/- 10%)	4,5	5,2	10,9	118
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
Kāpostu salāti ar krējumu BPP	*A01	70 gr.(+/- 10%)	1,2	1,5	4,2	38
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
<b>Kopā :</b>			<b>22,2</b>	<b>23,2</b>	<b>87,1</b>	<b>686</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
Piena mērce BPP	*A01	40 gr.(+/- 10%)	0,6	4,3	3,7	58
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
Vaniļas masa BPP	*A01	60 gr.(+/- 10%)	0,6	7,8	8,8	119
Jāņogu ķīselis		130 gr.(+/- 10%)	0,2	0,1	15,5	42
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>17,5</b>	<b>32,7</b>	<b>106,2</b>	<b>792</b>

Trešdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Borščs ar svaigiem kāpostiem		150 gr.(+/- 10%)	1,8	2,4	8,3	66
Krējums (auzu)	*A01	5 gr.(+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Šķelto zirņu biezputra ar speķīti	*A01	200 gr.(+/- 10%)	20,6	19,5	49,9	458
Ķīnas kāposta un dārzeņu salāti ar krējumu	*A01	70 gr.(+/- 10%)	2,5	1,8	7,1	58
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
<b>Kopā :</b>			<b>27,7</b>	<b>25,0</b>	<b>94,7</b>	<b>700</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
Burkānu salāti ar eļļu		70 gr.(+/- 10%)	0,9	2,5	4,8	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
ERROR---Ķīselis desertiem upeņu-ābolu 150		120 gr.(+/- 10%)	0,1	0,1	9,8	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>22,8</b>	<b>27,1</b>	<b>91,5</b>	<b>727</b>

Piektdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Oglhidr. /	Kcal.
Zupa Rasoļņiks	*A01	150 gr.(+/- 10%)	2,3	1,1	13,4	75
Krējums (auzu)	*A01	5 gr.(+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Mērce ar cīsiņiem BPP	*A01	100 gr.(+/- 10%)	2,7	14,1	8,3	197
Vārīti makaroni BPP	*A01	130 gr.(+/- 10%)	4,1	0,5	27,1	125
Kāpostu, burkānu un baltā redīsa salāti ar m	*A01,A10	70 gr.(+/- 10%)	0,9	5,9	3,5	73
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
Skolas ābols		100 gr.(+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
<b>Kopā :</b>			<b>14,6</b>	<b>26,6</b>	<b>99,2</b>	<b>730</b>

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	104,8	134,5	478,8	3635

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_