



Ēdienkarte

No 31.03.2025
Līdz 04.04.2025

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (10.-12. kl.)

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Vistas - rīsu zupa		250 gr. (+/- 10%)	6,5	5,1	19,7	168
Boloņas mērce	*A01,A07	140 gr. (+/- 10%)	10,8	20,0	5,5	264
Vārīti makaroni	*A01,A07	190 gr. (+/- 10%)	6,0	3,5	39,6	208
Burkānu - kāļu salāti ar krējumu	*A07	110 gr. (+/- 10%)	1,5	3,3	7,7	72
Ogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
Baltmaize	*A01,A07,A11	20 gr. (+/- 10%)	1,5	0,5	10,2	53
Rudzu maize	*A01	40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
Kopā :			29,4	32,9	110,8	903

Otrdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas kotlete ar papriku un burkānu	*A01,A03,A07,A11	80 gr. (+/- 10%)	8,9	16,3	3,4	219
Vārīti kartupeļi		220 gr. (+/- 10%)	4,4	0,0	32,6	154
Piena mērce	*A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	1,6	2,9	5,2	53
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu		110 gr. (+/- 10%)	1,6	7,1	9,5	110
Sulas dzēriens (apelsīns)		200 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	18,0	70
Ogu ķīselis ar putukrējumu	*A07	170 gr. (+/- 10%)	0,9	9,4	19,2	156
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 :			20,2	36,3	101,3	841

Tresdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Siera sakņu zupa	*A07	250 gr. (+/- 10%)	4,0	6,6	14,5	167
Dārzeņu sautējums ar cūkgaļu	*A07	310 gr. (+/- 10%)	12,6	18,5	27,6	350
Marinēts gurķis		110 gr. (+/- 10%)	1,1	0,2	4,2	27
Upeņu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	9,9	43
Baltmaize	*A01,A07,A11	20 gr. (+/- 10%)	1,5	0,5	10,2	53
Rudzu maize	*A01	40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103
Piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			28,3	30,3	92,0	838

Ceturtdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.

Cepts vistas šķiņķītis	70 gr. (+/- 10%)	12,3	12,5	0,0	201
Vārīti rīsi	190 gr. (+/- 10%)	4,9	0,6	47,7	217
Klasiskā brūnā mērce *A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	1,5	1,9	4,1	44
Ķīnas kāposta un kukurūzas salāti ar krēju *A07	110 gr. (+/- 10%)	5,4	5,9	14,4	138
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)	200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Auzu pārslu krēms *A01,A07	60 gr. (+/- 10%)	3,2	9,8	15,6	163
Upeņu ķīselis	140 gr. (+/- 10%)	0,2	0,2	12,2	51
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 : 29,7 31,4 123,1 928

Piektdiena 3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Dārzeņu zupa ar cūkgaļu	250 gr. (+/- 10%)	7,6	10,8	12,8	194
Cūkgaļas Kurzemes stroganovs *A01,A07	130 gr. (+/- 10%)	8,8	18,8	6,2	247
Kartupeļu biezenis *A07	230 gr. (+/- 10%)	6,3	2,3	39,0	210
Kāpostu,burkānu salāti ar eļļu	110 gr. (+/- 10%)	1,7	4,6	6,1	77
Jāņogu kompots	200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34
Baltmaize *A01,A07,A11	20 gr. (+/- 10%)	1,5	0,5	10,2	53
Rudzu maize *A01	40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103

Kopā : 29,0 37,6 107,6 918

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	136,5	168,4	534,7	4429

Sastādīja _____

Apstiprinu _____