



Ēdienkarte

No 17.03.2025
Līdz 21.03.2025

Neiba SIA
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		4	Svars					Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Sakņu zupa BPP	*A01	150	gr.(+/- 10%)	1,3	2,7	9,1	86				
Makaroni ar malto gaļu tomātu mērcē	*A01	240	gr.(+/- 10%)	13,1	15,4	47,0	388				
Balto redīsu un burkānu salāti ar eļļu		60	gr.(+/- 10%)	0,6	2,8	2,7	40				
Jānogu 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				
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200	gr.(+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88				
Kopā :				19,1	25,2	99,2	713				

Otrdiena		4	Svars					Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Cūkgaļas kotlete BPP	*A03	70	gr.(+/- 10%)	10,3	20,9	0,8	252				
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 majonēzi BPP	*A03,A10	60	gr.(+/- 10%)	0,9	6,8	4,9	84				
Dzērveņu morss		200	gr.(+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56				
Ogu ķīselis ar auzu pienu	*A01	220	gr.(+/- 10%)	0,9	2,1	22,3	108				
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				
Kopā :				18,3	34,6	82,2	747				

Trešdiena		4	Svars					Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Pupiņu zupa	*A01	150	gr.(+/- 10%)	3,4	1,2	11,1	70				
Sautēta cūkgaļa mērcē BPP	*A01	90	gr.(+/- 10%)	8,2	14,5	4,2	194				
Vārīti griķi		130	gr.(+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179				
Kāpostu,burkānu salāti ar majonēzi BPP	*A03,A10	60	gr.(+/- 10%)	1,0	6,7	3,5	80				
Jānogu 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				
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200	gr.(+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88				
Kopā :				23,4	28,5	92,8	722				

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Cepta zivs siera mīklā BPP	*A01,A03,A04	80 gr.(+/- 10%)	15,8	11,3	6,4	188
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr.(+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144
Klasiskā brūnā mērce BPP	*A01	40 gr.(+/- 10%)	0,5	3,9	3,1	54
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar eļļu		60 gr.(+/- 10%)	3,2	3,7	9,5	87
Dzērveņu morss		200 gr.(+/- 10%)	0,0	0,0	14,2	56
Dundagas krēms BPP	*A01	50 gr.(+/- 10%)	1,2	3,0	11,6	79
Upēņu ķīselis		120 gr.(+/- 10%)	0,2	0,1	10,4	44
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
Kopā :			27,2	23,2	96,9	728

Piektdiena		4	Svars		Uzturvērtības porcijā		
			Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.				
Dārzeņu zupa ar vistas gaļu			150 gr.(+/- 10%)	5,9	4,1	9,9	116
Krējums (auzu)	*A01		5 gr.(+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Dārzeņu sautējums ar gaļu BPP	*A01		250 gr.(+/- 10%)	10,0	13,1	22,4	266
Marinēts gurķis			60 gr.(+/- 10%)	0,6	0,1	2,3	15
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
			Kopā :	20,8	22,3	68,7	612

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	108,8	133,8	439,8	3521

Sastādīja _____

Apstiprinu _____