



Ēdienkarte

Neiba SIA

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

No 14.04.2025

Līdz 17.04.2025

		Mainoties	pasūtījumam	iespejamās	izmaiņas		
Pirmdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Harčo zupa			200 gr. (+/- 10%)	5,0	7,2	19,2	170
Vistas gaļas mērce ar burkāniem un zirnīšiem	*A01,A07		110 gr. (+/- 10%)	13,4	10,2	7,2	179
Vārīti rīsi			160 gr. (+/- 10%)	4,2	0,5	40,2	182
Balto redīsu un burkānu salāti ar eļļu			90 gr. (+/- 10%)	0,9	4,1	4,0	60
Udens ar citronu	*A12		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1
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 :	33,4	26,6	112,8	868
Otrdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Vārīta sardele	*A07,A10		100 gr. (+/- 10%)	9,6	12,2	2,9	159
Kartupeļu biezenis	*A07		200 gr. (+/- 10%)	5,5	2,0	34,0	183
Klasiskā brūnā mērce	*A01,A07		55 gr. (+/- 10%)	1,3	1,8	3,8	41
Burkānu - puravu salāti ar majonēzes un krējuma mērci	*A03,A07,A11		90 gr. (+/- 10%)	1,3	3,2	6,2	63
Sulas dzēriens (apelsīns)			200 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	18,0	70
Upēņu uzpūtenis ar pienu	*A01,A07		220 gr. (+/- 10%)	5,6	3,3	35,7	195
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 :	26,7	23,0	125,2	839
Tresdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Soļanka	*A03,A07,A09,A10		200 gr. (+/- 10%)	7,0	7,5	15,7	170
Skābais krējums	*A07		5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Cepta zivs siera mīklā	*A01,A03,A04,A07		70 gr. (+/- 10%)	14,6	10,2	5,3	169
Vārīti kartupeļi			190 gr. (+/- 10%)	3,8	0,0	28,1	133
Baltā piena mērce ar sīpoliem	*A01,A07		55 gr. (+/- 10%)	1,5	2,4	5,1	49
Kāpostu salāti ar eļļu			90 gr. (+/- 10%)	1,7	3,3	5,1	58
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
			Kopā :	32,4	25,5	92,7	760
Ceturtdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Makaroni ar malto gaļu	*A01		240 gr. (+/- 10%)	13,8	12,0	52,0	377
Biešu salāti ar marinētiem gurķiem un krējumu	*A07		90 gr. (+/- 10%)	1,4	5,5	6,0	82
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)			200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Rudzu maizes krēms	*A01,A07		40 gr. (+/- 10%)	1,5	9,5	12,6	144
Zemeņu ķiselis			130 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	9,7	39
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 :	25,0	31,5	118,4	852

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	117,4	106,6	449,1	3319

Sastādīja _____

Apstiprinu _____