



Ēdienkarte

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.2

No 14.04.2025

Līdz 17.04.2025

		Mainoties		pasūtījumam		Iespējamās		izmaiņas	
Pirmdiena		5	Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.				
Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem			200 gr. (+/- 10%)	12,0	5,9	6,1	130		
Cepammaisā cepts vistas šķiņķītis (atkaulots)			120 gr. (+/- 10%)	23,5	15,1	1,4	240		
Vārīti griķi			170 gr. (+/- 10%)	8,7	2,5	44,0	234		
Burkānu salāti ar ķiploku un ķirbju sēklu eļļu			100 gr. (+/- 10%)	1,4	10,0	7,3	130		
Īdens ar citronu		*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1		
			Kopā :	46,2	33,5	70,3	785		
Otrdiena		5	Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.				
Vārīta un apcepta vistas fileja		*A09	120 gr. (+/- 10%)	29,6	18,3	8,6	326		
Vārīti griķi			170 gr. (+/- 10%)	8,7	2,5	44,0	234		
Svaigs gurķis ar ķirbju eļļu			100 gr. (+/- 10%)	1,0	3,8	1,8	44		
Cepts banāns ar ķļavu sīrupu		*A12	140 gr. (+/- 10%)	2,1	0,1	47,0	199		
Īdens ar citronu		*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1		
Ābols			100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51		
			Kopā :	41,9	24,8	112,8	854		
Trešdiena		5	Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.				
Biešu zupa ar vistas gaļu			200 gr. (+/- 10%)	7,2	3,2	8,8	111		
Cepta mencas fileja ar citronu un burkāniem		*A04,A12	180 gr. (+/- 10%)	21,9	10,9	5,6	213		
Vārīti griķi			170 gr. (+/- 10%)	8,7	2,5	44,0	234		
Kāpostu salāti ar papriku un ķirbju eļļu			100 gr. (+/- 10%)	1,5	7,6	4,4	93		
Upeņu - jāņogu kompots			200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	12,6	36		
			Kopā :	39,6	24,4	75,5	688		
Ceturtdiena		5	Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.				
Cepts tītara šķiņķis ar ķimenēm			120 gr. (+/- 10%)	25,5	23,7	5,3	341		
Vārīti griķi			170 gr. (+/- 10%)	8,7	2,5	44,0	234		
Biešu salāti ar ķirbju sēklu eļļu			100 gr. (+/- 10%)	1,4	10,1	8,2	129		
ERROR---Salāti augļu ar ķļavu sīrupu Spec 2, BPP, BG			225 gr. (+/- 10%)	1,8	0,2	46,7	197		
Īdens ar citronu		*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1		
			Kopā :	37,4	36,6	104,4	902		

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	165,1	119,3	362,9	3229

Sastādīja _____

Apstiprinu _____