



Ēdienkarte

No 12-05-2025
Līdz 16-05-2025

Neiba SIA
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		4	Svars				Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Meksikāņu zupa	*A01	150	gr. (+/- 10%)	4,0	3,0	10,2	91			
Krējums (auzu)	*A01	5	gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8			
Gulašs BPP	*A01	90	gr. (+/- 10%)	7,9	15,2	5,7	206			
Vārīti makaroni BPP	*A01	130	gr. (+/- 10%)	4,1	0,5	27,1	125			
Ķīnas kāposta un dārzeņu salāti ar eļļu		70	gr. (+/- 10%)	2,7	4,1	6,4	76			
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			

Kopā : 21,4 24,2 73,7 619

Otrdiena		4	Svars					Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Maltās gaļas - šampinjonu mērce BPP	*A01	100	gr. (+/- 10%)	4,4	8,0	4,7	116				
Vārīti kartupeļi		160	gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112				
Kāpostu salāti ar krējumu	*A07	70	gr. (+/- 10%)	1,4	3,5	3,4	53				
Sulas dzēriens (apelsīns)		200	gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	18,0	70				
Dundagas krēms BPP	*A01	50	gr. (+/- 10%)	1,2	3,0	11,6	79				
Upēņu ķīselis		100	gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	8,7	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				

Kopā : 15,0 19,0 94,0 631

Trešdiena		4	Svars					Uzturvērtības porcijā			
								Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Škelto zirņu zupa	*A01	150	gr. (+/- 10%)	7,4	3,1	18,5	143				
Plovs ar cūkgaļu		210	gr. (+/- 10%)	10,3	16,6	30,1	329				
Biešu salāti ar majonēzi BPP	*A03,A10	70	gr. (+/- 10%)	1,0	7,9	5,8	98				
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				
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200	gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88				

Kopā : 22,9 31,9 94,8 769

Ceturtdiena		4	Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Maltās gaļas veltnītis BPP	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	10,4	17,4	3,3	229		
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
Burkānu salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	0,9	2,5	4,8	50
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Kakao biezais ķīselis BPP	*A01	80 gr. (+/- 10%)	2,3	2,7	16,6	103
Piens (auzu dzēriens)	*A01	100 gr. (+/- 10%)	0,7	1,8	5,7	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 : 21,3 29,5 90,9 737

Piektdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Pupiņu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	3,4	1,2	11,1	70	
Cūkgaļa dārzeņu mērcē BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	5,4	13,8	2,5	168	
Vārīti griķi		130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179	
Balto redīsu salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	0,6	4,2	2,0	50	
Īdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1	
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 : 20,0 25,2 73,4 632

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	100,7	129,8	426,7	3387

Sastādīja _____

Apstiprinu _____