



Ēdienkarte

No 12-05-2025
Līdz 16-05-2025

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (1.-4. kl.)

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

Pirmdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Meksikāņu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	4,0	3,0	10,2	91
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Gulašs	*A01,A07	90 gr. (+/- 10%)	8,0	16,4	5,4	216
Vārīti makaroni	*A01,A07	130 gr. (+/- 10%)	4,1	2,4	27,1	142
Kīnas 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
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 :			21,3	28,0	74,2	655

Otrdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Maltās gaļas - šampinjonu mērce	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	4,6	9,8	4,4	131
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	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	2,1	3,9	10,9	87
Upēņu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	8,7	36
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 :			20,3	22,0	91,6	664

Tresdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Šķelto zirņu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	7,4	3,1	18,5	143
Plovcs ar cūkgaļu		210 gr. (+/- 10%)	10,3	16,6	30,1	329
Biešu salāti ar krējumu	*A07	70 gr. (+/- 10%)	1,2	4,3	5,4	66
Jāņogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34
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 :			27,3	28,5	92,9	746

Ceturtdiena	1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Maltās gaļas veltnītis	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	9,9	17,9	5,1	237
Kartupeļu biezenis	<i>Sastādina</i> <i>Apstiprināts</i> *A07	170 gr. (+/- 10%)	4,6	1,7	28,9	155

Klasiskā brūnā mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1,0	1,3	2,7	30
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	*A07	80 gr. (+/- 10%)	3,4	2,8	16,1	104
Piens	*A07	100 gr. (+/- 10%)	3,0	2,0	4,5	48
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 : 25,0 28,7 91,2 738

Piektdiena		1	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Pupiņu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	3,4	1,2	11,1	70	
Cūkgaļa dārzeņu mērcē	*A01,A07	90 gr. (+/- 10%)	5,7	17,8	2,1	201	
Vārīti griķi		130 gr. (+/- 10%)	6,7	1,9	33,7	179	
Balto redīsu salāti ar krējumu	*A07	70 gr. (+/- 10%)	0,8	3,8	2,1	47	
Īdens 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	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52	
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96	

Kopā : 24,8 29,0 71,5 672

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Ol.balt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	118,8	136,2	421,4	3475

Sastādīja _____

Apstiprinu _____