



Ēdienkarte

No **26-05-2025**
Līdz **30-05-2025**

Neiba SIA Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Harčo zupa		150 gr.(+/- 10%)	3,8	5,4	14,4	127
Vistas gaļas mērce ar burkāniem un zirnīši* ^{A01}		90 gr.(+/- 10%)	10,5	8,3	6,1	146
Vārīti rīsi		130 gr.(+/- 10%)	3,4	0,4	32,7	148
Balto redīsu un burkānu salāti ar eļļu		70 gr.(+/- 10%)	0,7	3,2	3,1	47
Ūdens 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 : 22,6 21,5 91,7 685

Otrdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Cīsiņi BPP		75 gr.(+/- 10%)	2,2	14,1	2,2	176
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 - puravu salāti ar majonēzi BPP* ^{A03,A10}		70 gr.(+/- 10%)	1,0	5,6	4,7	77
Sulas dzēriens (apelsīns)		200 gr.(+/- 10%)	0,8	0,2	18,0	70
Upeņu uzpūtenis ar pienu BPP	*A01	180 gr.(+/- 10%)	2,3	2,5	29,9	154
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 : 13,5 27,4 111,0 802

Trešdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Soļanka BPP		150 gr.(+/- 10%)	4,8	4,7	12,0	122
Krējums (auzu)	*A01	5 gr.(+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Cepta zivs siera mīklā BPP	*A01,A03,A04	70 gr.(+/- 10%)	13,8	9,9	5,6	164
Vārīti kartupeļi		160 gr.(+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Baltā piena mērce ar sīpoliem BPP	*A01	45 gr.(+/- 10%)	0,7	4,4	4,5	62
Kāpostu salāti ar eļļu		70 gr.(+/- 10%)	1,3	2,5	3,9	45
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 : 26,6 22,9 74,0 627

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Makaroni ar malto gaļu	*A01	210 gr.(+/- 10%)	12,2	10,9	44,8	332
Biešu salāti ar marinētiem gurķiem un mājas siers	*A03; *A10	70 gr.(+/- 10%)	0,9	11,3	4,7	125
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)		200 gr.(+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Rudzu maizes krēms BPP	*A01	30 gr.(+/- 10%)	0,7	5,0	10,0	89
Zemeņu ķīselis		120 gr.(+/- 10%)	0,1	0,1	8,9	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 :			17,9	31,4	108,1	783

Piektdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Skābu kāpostu zupa	*A01	150 gr.(+/- 10%)	1,7	2,8	6,0	61
Krējums (auzu)	*A01	5 gr.(+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8
Cūkgaļas tefteli tomātu mērcē BPP	*A01,A03	110 gr.(+/- 10%)	8,6	14,0	12,7	227
Vārīti kartupeļi		160 gr.(+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Ķīnas kāposta un kukurūzas salāti ar eļļu		70 gr.(+/- 10%)	3,7	4,3	11,0	101
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 :			21,4	26,1	87,5	717

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	102,1	129,2	472,3	3614

Sastādīja _____

Apstiprinu _____