



Ēdienkarte

Neiba SIA

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

No **01-Sep-25**

Līdz **05-Sep-25**

		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās	izmaiņas	
Pirmdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Vistas - rīsu zupa		200 gr. (+/- 10%)	5.2	4.1	15.8	134
Boloņas mērce	*A01,A07	120 gr. (+/- 10%)	9.2	17.1	4.7	226
Vārīti makaroni	*A01,A07	160 gr. (+/- 10%)	5.0	2.9	33.4	175
Burkānu - kāļu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1.1	2.4	5.6	52
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
Ābols		130 gr. (+/- 10%)	0.5	0.0	14.7	66
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6.0	4.0	9.0	96
Kopā :			29.6	31.1	108.0	864
Otrdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Cūkgaļas kotlete ar papriku un burkānu	*A01,A03,A07,A11	60 gr. (+/- 10%)	6.6	15.6	2.6	196
Vārīti kartupeļi		150 gr. (+/- 10%)	3.0	0.0	22.2	105
Piena mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1.0	1.9	3.5	36
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu		70 gr. (+/- 10%)	1.0	7.1	6.0	94
Sulas dzēriens (apelsīns)		200 gr. (+/- 10%)	0.8	0.2	18.0	70
Ogu ķīselis ar putukrējumu	*A07	150 gr. (+/- 10%)	0.7	7.5	16.7	130
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 :			21.3	36.7	91.4	804
Tresdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Siera sakņu zupa	*A07	200 gr. (+/- 10%)	3.2	5.3	11.6	133
Mājas sautējums ar vistas gaļu	*A01	200 gr. (+/- 10%)	10.8	10.5	18.2	219
Ķīnas kāposta un dārzeņu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	3.0	4.2	7.3	82
Upēņu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0.3	0.2	9.9	43
Baltmaize	*A01,A07,A11	20 gr. (+/- 10%)	1.5	0.5	10.2	53
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1.4	0.2	8.3	52
Kefīrs	*A07	150 gr. (+/- 10%)	4.9	5.6	3.8	101
Bumbieris		130 gr. (+/- 10%)	0.5	0.4	12.3	55
Kopā :			25.7	26.8	81.5	737
Ceturtdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Cepts vistas šķiņķītis		60 gr. (+/- 10%)	10.5	10.7	0.0	172
Vārīti rīsi		140 gr. (+/- 10%)	3.6	0.5	35.2	160
Piena mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1.0	1.9	3.5	36
Balto redīsu un burkānu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1.0	3.4	3.4	51
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	15.6	36
Auzu pārslu krēms	*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	2.6	8.2	17.0	152
Upēņu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0.2	0.1	14.2	59
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 :			27.2	29.2	111.2	838

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena 2		Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Svaigu kāpostu zupa ar krējumu	*A07	200 gr. (+/- 10%)	3.1	6.4	14.0	132	
Vistas fileja dārzeņu mērcē	*A01,A07	130 gr. (+/- 10%)	13.0	16.2	3.0	214	
Kartupeļu biezenis	*A07	200 gr. (+/- 10%)	5.5	2.0	34.0	183	
Burkānu salāti ar sēkliņām un ellu		60 gr. (+/- 10%)	1.0	5.7	4.1	77	
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	
Ābols		130 gr. (+/- 10%)	0.5	0.0	14.7	66	
		Kopā :	25.5	30.9	94.5	786	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

; ' !

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	129.3	154.8	486.6	4029

Sastādīja _____

Apstiprinu _____