



Ēdienkarte

No **01-Sep-25**
Līdz **05-Sep-25**

Neiba SIA
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas - rīsu zupa			200 gr. (+/- 10%)	5.2	4.1	15.8	134
Bolonas mērce BPP	*A01		100 gr. (+/- 10%)	7.6	13.5	4.0	182
Vāriti makaroni BPP	*A01		150 gr. (+/- 10%)	4.7	0.6	31.2	144
Burkānu - kāļu salāti ar krējumu BPP	*A01		60 gr. (+/- 10%)	0.7	0.8	4.6	32
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
Ābols			130 gr. (+/- 10%)	0.5	0.0	14.7	66
Piens (auzu dzēriens)	*A01		200 gr. (+/- 10%)	1.4	3.6	11.4	88
Kopā :				23.0	23.3	105.7	759
Otrdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Cūkgaļas kotlete ar papriku un burkānu BPP	*A01, A03		80 gr. (+/- 10%)	9.0	19.1	3.1	245
Vāriti kartupeļi			160 gr. (+/- 10%)	3.2	0.0	23.7	112
Piena mērce BPP	*A01		40 gr. (+/- 10%)	0.6	4.3	3.7	58
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 BPP	*A01		140 gr. (+/- 10%)	0.2	4.2	15.6	94
Pilngraudu kliju maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	2.2	0.7	8.4	51
Rudzu maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1.4	0.2	8.3	52
Kopā :				18.4	35.8	86.9	775
Trešdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Sakņu zupa BPP	*A01		150 gr. (+/- 10%)	1.3	2.7	9.1	86
Mājas sautējums ar vistas gaļu	*A01		250 gr. (+/- 10%)	13.5	13.2	22.7	273
Ķīnas kāposta un kukurūzas salāti ar majonēzi	*A03, A10		80 gr. (+/- 10%)	3.7	10.7	10.5	156
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
Bumbieris			120 gr. (+/- 10%)	0.5	0.4	11.4	51
Kopā :				23.1	31.4	87.5	774

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena 5		Svars				Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Cepts vistas šķiņķītis		70 gr. (+/- 10%)	12.3	12.5	0.0	201			
Vārīti rīsi		130 gr. (+/- 10%)	3.4	0.4	32.7	148			
Piena mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0.6	4.3	3.7	58			
Balto redīsu un burkānu salāti ar krējumu (ā)	*A01	80 gr. (+/- 10%)	0.8	1.5	4.1	37			
Sulas dzēriens mix (ābols, upene, ķirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	15.6	36			
Auzu pārslu krēms BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	1.7	4.6	14.0	104			
Upenu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0.1	0.1	11.8	49			
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 :			22.8	27.6	106.0	798			

Piektdiena 5		Svars				Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Svaigu kāpostu zupa		250 gr. (+/- 10%)	3.7	4.4	18.1	133			
Vistas fileja dārzeņu mērcē BPP	*A01	150 gr. (+/- 10%)	14.5	12.1	4.2	191			
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3.9	0.6	29.2	144			
Burkānu salāti ar sēkliņām, ķiplokiem un eļ		60 gr. (+/- 10%)	1.2	6.9	4.1	88			
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			
Ābols		100 gr. (+/- 10%)	0.4	0.0	11.3	51			
Kopā :			26.5	24.6	90.8	721			

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: ' !

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	113.8	142.6	476.9	3827

Sastādīja _____

Apstiprinu _____