



Ēdienkarte

Neiba SIA

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

No **06-Oct-25**

Līdz **10-Oct-25**

		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās	izmaiņas	
Pirmdiena		1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Skābu kāpostu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	1.7	2.8	6.0	61
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0.1	1.5	0.1	15
Sautēta cūkgaļa sīpolu mērcē	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	9.3	15.6	6.0	216
Vārīti makaroni	*A01,A07	150 gr. (+/- 10%)	4.7	2.7	31.3	164
Biešu salāti ar marinētiem gurķiem un eļļu		50 gr. (+/- 10%)	0.6	3.8	3.6	52
Īdens ar citronu un dzērvenēm	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	0.3	2
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		120 gr. (+/- 10%)	0.5	0.0	13.6	61
Kopā :			19.1	26.8	74.4	649
Otrdiena		1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Panēta zivs fileja	*A01,A03,A04	60 gr. (+/- 10%)	19.1	13.8	12.7	250
Vārīti kartupeļi		120 gr. (+/- 10%)	2.4	0.0	17.8	84
Baltā piena mērce ar dillēm	*A01,A07	30 gr. (+/- 10%)	0.8	1.4	2.6	27
Balto redīsu un burkānu salāti ar eļļu		50 gr. (+/- 10%)	0.5	2.3	2.2	33
Īdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	0.1	1
Kakao krems	*A07	40 gr. (+/- 10%)	1.3	7.9	5.1	96
Ogu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0.2	0.1	13.0	47
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1.4	0.2	8.3	52
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0.8	0.2	5.1	26
Piens	*A07	150 gr. (+/- 10%)	4.5	3.0	6.8	72
Kopā :			30.9	29.0	73.7	688
Tresdiena		1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Škelto zirņu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	7.4	3.1	18.5	143
Vistas gaļas - dārzeņu mērce	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	8.5	15.1	2.2	204
Kartupeļu biezenis	*A07	150 gr. (+/- 10%)	4.1	1.5	25.5	137
Kāpostu salāti ar papriku, burkānu un krējumu	*A07	50 gr. (+/- 10%)	0.9	1.8	2.6	31
Dzērveņu morss		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	10.6	42
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		120 gr. (+/- 10%)	0.5	0.0	13.6	61
Kopā :			23.5	21.8	86.3	696
Ceturtdiena		1	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Cūkgaļas šniecele	*A01,A07,A11	60 gr. (+/- 10%)	7.7	12.5	8.5	190
Vārīti griķi		110 gr. (+/- 10%)	4.7	0.8	38.0	180
Brūnā mērce ar burkāniem un marinētiem gurķiem	*A01,A07	30 gr. (+/- 10%)	0.7	0.8	2.0	20
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar krējumu	*A07	50 gr. (+/- 10%)	2.5	2.7	6.5	63
Upēņu kompots		150 gr. (+/- 10%)	0.2	0.2	7.4	32
Jogurta krēms	*A07	40 gr. (+/- 10%)	1.6	3.7	6.4	65
Ogu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0.2	0.1	13.0	47
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
Piens	*A07	150 gr. (+/- 10%)	4.5	3.0	6.8	72
Kopā :			24.1	24.2	102.0	747

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena		Svars		Uzturvērtības porcijā			
1				Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas - nūdeļu zupa	*A01,A03	180 gr. (+/- 10%)	4.7	3.9	12.0	113	
Gulašs	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	8.8	21.7	6.0	273	
Vārīti rīsi		120 gr. (+/- 10%)	3.1	0.4	30.2	137	
Marinēts gurķis		60 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	2.3	15	
Dzērvenu morss		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	10.6	42	
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	
Paniņas	*A07	150 gr. (+/- 10%)	4.8	0.8	6.6	53	
Kopā :			24.2	27.2	81.1	710	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	121.7	129.0	417.6	3491

Sastādīja_____

Apstiprinu_____