



Ēdienkarte

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1 (1.-4. kl.)

No **06-Oct-25**

Līdz **10-Oct-25**

		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās	izmaiņas	
Pirmdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.		
Skābu kāpostu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	1.7	2.8	6.0	61
Krējums (augu)	*A01	5 gr. (+/- 10%)	0.1	0.6	0.5	9
Sautēta cūkgaļa sīpolu mērcē BPP	*A01	100 gr. (+/- 10%)	8.8	16.4	6.3	224
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	150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	0.3	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
Ābols		120 gr. (+/- 10%)	0.5	0.0	13.6	61
Kopā :			18.9	26.9	74.0	649
Otrdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.		
Panēta zivs fileja	*A01,A03,A04	60 gr. (+/- 10%)	19.9	9.2	12.7	210
Vārīti kartupeļi		120 gr. (+/- 10%)	2.4	0.0	17.8	84
Baltā piena mērce ar dillēm BPP	*A01	30 gr. (+/- 10%)	0.5	3.2	2.8	44
Balto redīsu un burkānu salāti ar krējumu (augu) BPP	*A01	50 gr. (+/- 10%)	0.5	0.9	2.6	23
Īdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	0.2	1
Kakao krems BPP	*A01	50 gr. (+/- 10%)	0.6	7.4	9.4	106
Ogu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0.2	0.1	13.0	47
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	150 gr. (+/- 10%)	1.0	2.7	8.5	66
Kopā :			27.5	24.1	79.5	658
Trešdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.		
Škelto zirņu zupa	*A01	150 gr. (+/- 10%)	7.4	3.1	18.5	143
Vistas gaļas - dārzeņu mērce BPP	*A01	100 gr. (+/- 10%)	8.2	11.4	2.6	173
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	150 gr. (+/- 10%)	3.5	0.5	25.8	127
Kāpostu salāti ar papriku, burkānu un krējumu (augu) BPP	*A01	60 gr. (+/- 10%)	1.0	1.2	3.6	32
Dzērvenu morss		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	10.6	42
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		120 gr. (+/- 10%)	0.5	0.0	13.6	61
Kopā :			23.0	16.7	87.3	655
Ceturtdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.		
Cūkgaļas šnicele BPP	*A01	60 gr. (+/- 10%)	7.7	13.2	8.0	195
Vārīti griķi		110 gr. (+/- 10%)	4.7	0.8	38.0	180
Brūnā mērce ar burkāniem un marinētiem gurķiem BPP		30 gr. (+/- 10%)	0.4	2.5	2.2	36
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar majonēzi BPP	*A03,A10	50 gr. (+/- 10%)	2.3	6.7	6.6	98
Augu jogurta krēms	*A01	40 gr. (+/- 10%)	1.8	1.6	5.1	45
Ogu ķīselis		100 gr. (+/- 10%)	0.2	0.1	13.0	47
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	150 gr. (+/- 10%)	1.0	2.7	8.5	66
Kopā :			20.6	28.1	94.0	743

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena		5	Svars		Uzturvērtības porcijā			
					Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas - nūdeļu zupa	*A01,A03	180 gr. (+/- 10%)	4.7	3.9	12.0	113		
Gulašs BPP	*A01	100 gr. (+/- 10%)	8.7	16.9	6.3	229		
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		
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	150 gr. (+/- 10%)	1.0	2.7	8.5	66		
Kopā :			20.7	24.5	82.4	679		

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: ' !

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	110.6	120.3	417.3	3384

Sastādīja_____

Apstiprinu_____