



Ēdienkarte

Neiba SIA

Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

No **06-Oct-25**

Līdz **10-Oct-25**

		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās	izmaiņas	
Pirmdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Skābu kāpostu zupa	*A01	200 gr. (+/- 10%)	2.2	3.7	8.0	81
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	200 gr. (+/- 10%)	6.3	3.7	41.7	219
Biešu salāti ar marinētiem gurķiem un ellu		80 gr. (+/- 10%)	1.0	6.0	5.7	83
Ūdens ar citronu un dzērvenēm	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	0.3	2
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 :			21.4	31.0	88.7	756
Otrdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Panēta zivs fileja	*A01,A03,A04	60 gr. (+/- 10%)	19.9	9.2	12.7	210
Vārīti kartupeļi		250 gr. (+/- 10%)	5.0	0.0	37.0	175
Baltā piena mērce ar dillēm BPP	*A01	55 gr. (+/- 10%)	0.8	5.9	5.2	80
Balto redīsu un burkānu salāti ar krējumu (augu) BPP	*A01	80 gr. (+/- 10%)	0.8	1.5	4.1	37
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	0.1	1
Kakao krems BPP	*A01	50 gr. (+/- 10%)	0.6	7.4	9.4	106
Ogu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0.2	0.1	15.6	56
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 :			30.9	27.4	105.3	808
Trešdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Škelto zirņu zupa	*A01	200 gr. (+/- 10%)	9.8	4.1	24.7	190
Vistas gaļas - dārzeņu mērce BPP	*A01	150 gr. (+/- 10%)	12.4	17.1	3.9	260
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	200 gr. (+/- 10%)	4.6	0.7	34.4	169
Kāpostu salāti ar papriku, burkānu un krējumu (augu) BPP	*A01	80 gr. (+/- 10%)	1.3	1.6	4.8	42
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 :			31.0	24.0	104.5	842
Ceturtdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Cūkgaļas šņicele BPP	*A01	70 gr. (+/- 10%)	9.1	14.7	9.4	222
Vārīti griķi		120 gr. (+/- 10%)	5.1	0.9	41.5	196
Brūnā mērce ar burkāniem un marinētiem gurķiem BPP		40 gr. (+/- 10%)	0.5	3.3	2.9	47
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar majonēzi BPP	*A03,A10	80 gr. (+/- 10%)	3.7	10.7	10.5	156
Upēņu kompots		150 gr. (+/- 10%)	0.2	0.2	7.4	32
Augu jogurta krēms	*A01	60 gr. (+/- 10%)	2.7	2.4	7.7	67
Ogu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0.2	0.1	15.6	56
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 :			25.1	35.5	116.0	920

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Piektdiena 4		Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
<u>Vistas - nūdeļu zupa</u>	*A01,A03	250 gr. (+/- 10%)	6.5	5.4	16.6	157	
<u>Gulašs BPP</u>	*A01	120 gr. (+/- 10%)	10.5	20.3	7.6	275	
<u>Vārīti rīsi</u>		150 gr. (+/- 10%)	3.9	0.5	37.7	171	
<u>Marinēts gurķis</u>		60 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	2.3	15	
<u>Dzērvenu morss</u>		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	10.6	42	
<u>Pilngraudu kliju maize</u>	*A01	10 gr. (+/- 10%)	1.1	0.4	4.2	26	
<u>Rudzu maize</u>	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1.4	0.2	8.3	52	
<u>Piens (auzu dzēriens)</u>	*A01	150 gr. (+/- 10%)	1.0	2.7	8.5	66	
Kopā :			25.0	29.5	95.9	803	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: ' !

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	133.4	147.3	510.4	4129

Sastādīja_____

Apstiprinu_____