



Ēdienkarte

No **08-dec.-25**
Līdz **12-dec.-25**

Neiba SIA

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

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		5	Svars				Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Harčo zupa			150 gr. (+/- 10%)	3,8	5,4	14,4	127			
Cūkgaļas Kurzemes stroganovs BPP			*A01 90 gr. (+/- 10%)	6,0	13,3	4,6	174			
Vārīti makaroni BPP			*A01 130 gr. (+/- 10%)	4,1	0,5	27,1	125			
Kāpostu,burkānu un baltā redīsa salāti ar kr			*A01 70 gr. (+/- 10%)	0,9	1,0	4,0	31			
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)			200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36			
Kliju maize			*A01 20 gr. (+/- 10%)	1,6	0,2	10,0	49			
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 :				19,2	24,2	95,3	681			

Otrdiena		5	Svars				Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Maltās gaļas mērce BPP			*A01 100 gr. (+/- 10%)	5,3	10,9	4,1	146			
Vārīti kartupeli			160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112			
Ķīnas kāposta un dārzeņu salāti ar eļļu			70 gr. (+/- 10%)	2,7	7,3	6,4	106			
Sulas dzēriens (apelsīns)			200 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	18,0	70			
Putukrējums ar rīsiem BPP			*A01 60 gr. (+/- 10%)	0,9	4,0	13,2	92			
Ogu ķīselis			115 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	14,9	54			
Kliju maize			*A01 20 gr. (+/- 10%)	1,6	0,2	10,0	49			
Rudzu maize			*A01 20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52			
Skolas ābols			100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51			
Kopā :				16,4	22,9	110,0	731			

Trešdiena		5	Svars				Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Lauku zupa (bez grūbām)			150 gr. (+/- 10%)	2,1	6,0	9,1	101			
Plovs ar vistas gaļu			230 gr. (+/- 10%)	12,4	12,2	32,9	324			
Biešu salāti ar eļļu			70 gr. (+/- 10%)	0,9	4,5	5,7	69			
Piens (auzu dzēriens)			*A01 200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88			
Kliju maize			*A01 20 gr. (+/- 10%)	1,6	0,2	10,0	49			
Rudzu maize			*A01 20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52			
Kopā :				19,9	26,7	77,5	682			

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Maltās gaļas veltnītis BPP	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	10,4	19,4	3,3	247
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	170 gr. (+/- 10%)	3,9	0,6	29,2	144
Klasiskā brūnā mērce BPP	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0,5	3,9	3,1	54
Kāpostu salāti ar papriku un majonēzi BPP	*A01,A10	70 gr. (+/- 10%)	1,1	8,5	3,2	94
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,kirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Biežais piena ķīselis BPP	*A01	95 gr. (+/- 10%)	0,7	1,8	16,0	85
Ogu mērce		30 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	9,9	29
Kliju maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,6	0,2	10,0	49
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Skolas ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Kopā :			20,4	34,7	109,8	840

Piektdiena	5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Frikadeļu zupa		150 gr. (+/- 10%)	6,1	5,0	18,2	153
Cūkgaļa dārzeņu mērcē BPP	*A01	90 gr. (+/- 10%)	5,0	12,5	2,4	153
Vārīti griķi		100 gr. (+/- 10%)	4,2	0,7	34,6	164
Burkānu salāti ar ķiplokiem un eļļu		70 gr. (+/- 10%)	0,9	4,5	4,8	68
Ogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	11,4	36
Kliju maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,6	0,2	10,0	49
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 :			20,9	26,9	101,1	761

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: ']

	Olalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	96,8	135,4	493,7	3696

Sastādīja _____

Apstiprinu _____