



Ēdienkarte

No **23-febr.-26**
Līdz **27-febr.-26**

Neiba SIA
Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		21	Svars				Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas zupa			200 gr. (+/- 10%)	4,7	4,0	10,3	109			
Krējums (augu)	*A01		5 gr. (+/- 10%)	0,1	0,6	0,5	9			
Makaroni ar malto gaļu tomātu mērcē	*A01		280 gr. (+/- 10%)	15,1	15,7	53,6	426			
Kāpostu salāti ar papriku un eļļu			90 gr. (+/- 10%)	1,4	5,6	4,0	75			
Jānogu kompots			200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34			
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 :			25,9	30,2	114,6	841				

Otrdiena		20	Svars				Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Risoto ar dārzeņiem un vistas gaļu			270 gr. (+/- 10%)	16,6	14,4	38,8	362			
Kīnas kāposta un kukurūzas salāti ar eļļu			90 gr. (+/- 10%)	4,8	5,5	14,2	130			
Kakao krems BPP	*A01		45 gr. (+/- 10%)	0,5	6,7	8,4	95			
Upenu ķīselis			140 gr. (+/- 10%)	0,2	0,2	12,6	52			
Ūdens ar citronu	*A12		200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1			
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 :			25,1	27,2	92,5	741				

Trešdiena		21	Svars				Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Borščs ar skābiem kāpostiem			200 gr. (+/- 10%)	2,2	3,3	10,1	84			
Krējums (augu)	*A01		5 gr. (+/- 10%)	0,1	0,6	0,5	9			
Maltās gaļas mērce ar dārzeņiem BPP	*A01		120 gr. (+/- 10%)	6,5	13,3	5,4	180			
Kartupeļu biezenis BPP	*A01		200 gr. (+/- 10%)	4,6	0,7	34,4	169			
Burkānu salāti ar sēkliņām un majonēzi BP	*A03A10		90 gr. (+/- 10%)	1,8	11,0	6,3	137			
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 :			19,9	33,0	97,8	803				

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena 21		Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Cūkgaļas tefteli tomātu mērcē BPP	*A01,A03	130 gr. (+/- 10%)	9,4	15,5	14,9	255	
Vārīti kartupeļi		190 gr. (+/- 10%)	3,8	0,0	28,1	133	
Biešu salāti ar ķiplokiem un eļļu		90 gr. (+/- 10%)	1,3	9,1	7,7	120	
Ogu ķīselis ar auzu pienu	*A01	260 gr. (+/- 10%)	1,1	2,5	26,3	127	
Īdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1	
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	
Ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51	
Kopā :			19,0	27,4	106,9	787	

Piektdiena 21		Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Zivju zupa	*A04	200 gr. (+/- 10%)	5,9	5,9	12,5	131	
Plovs ar vistas gaļu		270 gr. (+/- 10%)	14,6	14,3	38,7	380	
Balto redīsu un burkānu salāti ar eļļu		90 gr. (+/- 10%)	0,9	4,1	4,0	60	
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 :			25,8	28,3	84,9	759	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: ']

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	115.6	146.1	496.8	3932

Sastādīja _____

Apstiprinu _____