



Ēdienkarte

No **02-marts-26**Līdz **06-marts-26**

Neiba SIA Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		21	Svars				Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Harčo zupa			200 gr. (+/- 10%)	5,0	7,2	19,2	170			
Cūkgaļas Kurzemes stroganovs BPP			*A01 110 gr. (+/- 10%)	7,3	16,3	5,6	212			
Vārīti griķi			160 gr. (+/- 10%)	6,8	1,1	55,3	262			
Kāpostu, burkānu un baltā redīsa salāti ar kr			*A01 90 gr. (+/- 10%)	1,2	1,2	5,1	40			
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 40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103			
Piens (auzu dzēriens)			*A01 200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88			
Kopā :				26,1	30,0	123,4	925			

Otrdiena		19	Svars				Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Biešu zupa ar gaļu			200 gr. (+/- 10%)	4,1	6,5	10,0	123			
Krējums (auzu)			*A01 5 gr. (+/- 10%)	0,0	0,6	0,3	8			
Maltās gaļas mērce ar sīpoliem un burkāniē			*A01 120 gr. (+/- 10%)	6,4	13,1	4,9	175			
Vārīti kartupeli			190 gr. (+/- 10%)	3,8	0,0	28,1	133			
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar eļļu			90 gr. (+/- 10%)	3,5	9,4	8,3	137			
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			
Ābols			100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51			
Kopā :				21,5	30,1	97,7	761			

Trešdiena		19	Svars				Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Lauku zupa (bez grūbām)			200 gr. (+/- 10%)	2,8	7,9	12,1	134			
Plovs ar vistas gaļu			260 gr. (+/- 10%)	14,0	13,8	37,2	366			
Biešu salāti ar eļļu			90 gr. (+/- 10%)	1,2	5,8	7,4	88			
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 40 gr. (+/- 10%)	2,7	0,3	16,7	103			
Kopā :				23,8	31,7	94,8	829			

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena 19		Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Pupiņu zupa	*A01	200 gr. (+/- 10%)	4,5	1,6	14,8	93	
Maltās gaļas veltnītis BPP	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	10,4	19,4	3,3	247	
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	200 gr. (+/- 10%)	4,6	0,7	34,4	169	
Klasiskā brūnā mērce BPP	*A01	50 gr. (+/- 10%)	0,6	4,9	3,8	68	
Kāpostu salāti ar papriku un majonēzi BPP	*A01,A10	90 gr. (+/- 10%)	1,4	10,9	4,1	121	
Upēņu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,2	9,9	43	
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 :			24,9	38,1	88,5	841	

Piektdiena 19		Svars		Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Cūkgāļa dārzenu mērcē BPP	*A01	110 gr. (+/- 10%)	6,2	15,2	2,9	187	
Vārīti makaroni BPP	*A01	160 gr. (+/- 10%)	5,0	0,6	33,3	154	
Burkānu salāti ar ķiplokiem un eļļu		90 gr. (+/- 10%)	1,1	5,8	6,1	87	
Dundagas krēms BPP	*A01	60 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	18,1	111	
Ogu ķīselis		140 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	13,4	46	
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	
Piens (auzu dzēriens)	*A01	200 gr. (+/- 10%)	1,4	3,6	11,4	88	
Kopā :			18,4	29,4	103,8	775	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

; ']

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	114,7	159,3	508,2	4130

Sastādīja _____

Apstiprinu _____