



Ēdienkarte

No 30-marts-26

Līdz 02-apr.-26

"IN gastro" SIA Pilsrundāles vsk. Speciālā ēdienkarte Nr.1

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Pirmdienā		10	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas zupa ar dārzeņiem			200 gr. (+/- 10%)	8,4	4,6	3,8	117
Krējums (augu)	*A01		5 gr. (+/- 10%)	0,1	0,6	0,5	9
Makaroni jūrnieku gaumē	*A01		240 gr. (+/- 10%)	14,0	12,0	53,3	384
Kāpostu salāti ar krējumu BPP	*A01		90 gr. (+/- 10%)	1,5	2,0	5,4	49
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 :				28,6	23,4	104,1	783
Otrdienā		10	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Zivju zupa	*A04		200 gr. (+/- 10%)	5,9	5,9	12,5	131
Vistas gaļas mērce ar burkāniem un zirnīšiem	*A01		120 gr. (+/- 10%)	14,0	11,0	8,2	194
Vārīti rīsi			160 gr. (+/- 10%)	4,2	0,5	40,2	182
Biešu salāti ar eļļu			90 gr. (+/- 10%)	1,2	5,8	7,4	88
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 :				28,9	23,8	114,4	781
Trešdienā		10	Svars	Uzturvērtības porcijā Ol.balt. / 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
Škelto zirņu biezputra ar speķīti	*A01		210 gr. (+/- 10%)	21,3	24,1	50,4	504
Svaiga gurķa šķēlītes			90 gr. (+/- 10%)	0,9	0,2	1,6	11
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 :				28,9	32,2	92,4	796

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena		10	Svars		Uzturvērtības porcijā			
					Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Cūkgaļas tefteli tomātu mērcē BPP	*A01,A03	150 gr. (+/- 10%)	10,2	17,0	17,1	282		
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	200 gr. (+/- 10%)	4,6	0,7	34,4	169		
Kīnas kāposta un dārzeņu salāti ar eļļu		90 gr. (+/- 10%)	3,5	9,4	8,3	137		
Ūdens ar citronu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	0,2	1		
Vanīlas un kakao masa BPP	*A01	70 gr. (+/- 10%)	1,1	9,5	11,4	149		
Ogu ķīselis		140 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	13,4	46		
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 :			22,6	37,1	103,0	885		

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: ']

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	109,0	116,5	413,9	3245

Sastādīja _____

Apstiprinu _____