

"IN gastro" SIA  
PII Komplekss (3.-6. g.v.)

Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

Brokastis		2	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Olu kultenis ar šķiņķi	*A03,A07	95 gr. (+/- 10%)	10,4	13,7	1,4	171	
Baltmaize ar kausētu sieru	*A01,A07,A11	35 gr. (+/- 10%)	4,6	3,5	10,2	95	
Piparmētru tēja		150 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	2,6	10	
<b>Kopā :</b>			<b>15,1</b>	<b>17,1</b>	<b>14,2</b>	<b>276</b>	
Pusdienas		4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Zupa Rasolņiks	*A01	140 gr. (+/- 10%)	2,2	1,0	12,5	70	
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15	
Makaroni ar malto gaļu tomātu mērcē	*A01	170 gr. (+/- 10%)	9,2	9,6	32,6	259	
Burkānu - puravu salāti ar majonēzes un krēm	*A03,A07,A10	70 gr. (+/- 10%)	1,1	4,9	5,1	73	
Jāņogu kompots		150 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	12,4	26	
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52	
<b>Kopā :</b>			<b>14,1</b>	<b>17,2</b>	<b>70,9</b>	<b>494</b>	
Launags		6	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Svaigi dārzeņi ar krējuma mērci	*A07	150 gr. (+/- 10%)	2,6	9,2	5,6	120	
Baltmaize ar svaigo sieru	*A01,A07,A11	35 gr. (+/- 10%)	2,8	2,7	10,7	79	
Ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51	
<b>Kopā :</b>			<b>5,7</b>	<b>11,9</b>	<b>27,6</b>	<b>251</b>	

\*Iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: ' ]

	Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Kartē	34,9	46,2	112,7	1021

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_