

Neiba SIA
 Pilsrundāles vsk Kompleksās pusdienas (1.-4. kl.)

Mainoties
 pasūtījumam
 iespējamas
 izmaiņas

Pirmdiena	17	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Skābeņu zupa ar olu	*A01,A03	150 gr. (+/- 10%)	4,5	5,2	10,9	118
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Makaroni ar malto gaļu	*A01	200 gr. (+/- 10%)	10,9	8,2	46,1	304
Kāpostu salāti ar papriku un eļļu		70 gr. (+/- 10%)	1,1	4,4	3,1	58
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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			25,7	23,7	103,1	727

Otrdiena	17	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Cūkgaļas šnicele	*A01,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	8,7	14,1	9,9	216
Vārīti kartupeli		160 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Piena mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1,0	1,9	3,5	36
Biešu salāti ar ķiplokiem un majonēzi	*A03,A07,A10	70 gr. (+/- 10%)	0,9	3,4	6,1	59
Biezpiena saldā masa	*A07	35 gr. (+/- 10%)	3,2	4,9	3,5	73
Upēņu ķīselis		120 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	10,8	45
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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			26,3	28,9	84,9	738

Tresdiena	17	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Biešu zupa ar gaļu		150 gr. (+/- 10%)	3,1	4,8	7,5	92
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Škelto zirņu biezputra ar speķīti	*A01	200 gr. (+/- 10%)	20,6	19,5	49,9	458
Svaiga gurķa šķēlītes		70 gr. (+/- 10%)	0,7	0,1	1,3	8
Jānogu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	16,5	34
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	26
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :			27,0	26,5	88,8	685

Sastādīja _____

Apstiprinu _____

Ceturtdiena	17	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Vistas gaļas kotlete	*A01,A03,A07,A11	70 gr. (+/- 10%)	13,1	11,7	5,5	183
Vārīti rīsi		130 gr. (+/- 10%)	3,4	0,4	32,7	148
Klasiskā brūnā mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1,0	1,3	2,7	30
Burkānu salāti ar sēkliņām un eļļu		70 gr. (+/- 10%)	1,2	4,1	4,8	66
Kakao biežais ķīselis	*A07	80 gr. (+/- 10%)	3,4	2,8	16,1	104
Piens	*A07	100 gr. (+/- 10%)	3,0	2,0	4,5	48
Sulas dzēriens mix (ābols,upene,ķirsis)		200 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	15,6	36
Baltmaize	*A01,A07,A11	10 gr. (+/- 10%)	0,8	0,2	5,1	26
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 :			27,8	22,8	106,6	744

Piektdiena	17	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Zupa Rasolņiks	*A01	150 gr. (+/- 10%)	2,3	1,1	13,4	75
Skābais krējums	*A07	5 gr. (+/- 10%)	0,1	1,5	0,1	15
Cūkgaļa sinepju mērce	*A01,A07,A10	90 gr. (+/- 10%)	5,7	10,4	4,2	144
Vārīti griķi		130 gr. (+/- 10%)	5,5	0,9	44,9	213
Balto redīsu sallāti ar majonēzi	*A03,A07,A10	70 gr. (+/- 10%)	0,5	5,0	2,4	57
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
Skolas piens	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6,0	4,0	9,0	96
Kopā :			23,5	23,6	103,7	737

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

; ']

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	130,2	125,5	487,1	3631

Sastādīja _____

Apstiprinu _____