Ēdienkarte

09-nov.-26

"IN gastro" SIA

PII Komplekss (1.-2. g.v.)

Mainoties pasūtījumam Iespējamas izmaiņas

Brokastis 11		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Siera karstmaize	*A01,A03,A07,A10	75 gr. (+/- 10%)	5,6	11,3	24,5	**222**
Svaiga gurķa šķēlītes		30 gr. (+/- 10%)	0,3	0,1	0,5	**4**
Ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	**51**
Piparmētru tēja		150 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	2,6	**10**
		Kopā :	6,3	11,3	38,9	**287**

Pusdienas 13		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Pupiņu zupa	*A01	110 gr. (+/- 10%)	2,5	0,9	8,1	**51**
Maltās gaļas un dārzeņu sautējums		160 gr. (+/- 10%)	7,7	13,6	12,5	**218**
Skābais krējums	*A07	15 gr. (+/- 10%)	0,4	4,5	0,4	**45**
Svaigu/marinētu gurķu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,6	3,7	1,5	**43**
Ogu kompots		120 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	6,9	**22**
		Kopā :	11,3	22,8	29,3	**380**

Launags 15		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Augļu asorti	*A12	150 gr. (+/- 10%)	1,1	0,3	17,3	**76**
Baltmaize ar ievārījumu	*A01,A07,A11	20 gr. (+/- 10%)	0,8	0,3	11,2	**51**
		Kopā :	1,9	0,6	28,5	**128**

*iespējams ēdiens satur norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	19,5	34,7	96,7	**795**

*Sastādīja*_____ *Apstiprinu*_____