Ēdienkarte

09-nov.-26

"IN gastro" SIA

PII Speciālā ēdienkarte Nr.1 (1 - 2 g.v.)

Mainoties pasūtījumam Iespējamas izmaiņas

Brokastis 17		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Siera (augu) kliju karstmaize BPP	*A01,A06	75 gr. (+/- 10%)	3,3	8,3	26,2	192
Svaiga gurķa šķēlītes		50 gr. (+/- 10%)	0,5	0,1	0,9	6
Ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	51
Piparmētru tēja		150 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	2,6	10
		Kopā :	4,2	8,4	41,0	**260**

Pusdienas 18		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ 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
Krējums (augu)	*A01	15 gr. (+/- 10%)	0,1	1,9	1,4	27
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 :	11,1	20,2	30,3	**361**

Launags 19		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Augļu asorti	*A12	150 gr. (+/- 10%)	1,2	0,2	18,8	84
Kliju maize ar ievārījumu	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,0	0,2	10,9	49
		Kopā :	2,2	0,3	29,8	**133**

*iespējams ēdiens satur norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	17,5	28,9	101,1	**754**

*Sastādīja*_____ *Apstiprinu*_____