Ēdienkarte

10-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.
Četru graudu pārslu putra BPP	*A01	140 gr. (+/- 10%)	2,5	2,0	21,9	**109**
Krējums (augu)	*A01	10 gr. (+/- 10%)	0,1	1,3	0,9	**18**
Kliju maize ar svaigo sieru (sojas ekstr.)	*A01,A06	25 gr. (+/- 10%)	1,5	2,3	7,6	**57**
Meža zemeņu tēja		150 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	2,5	**10**
		Kopā :	4,1	5,7	32,9	**194**

Pusdienas 18		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Cepta mencas fileja	*A01,A03,A04	40 gr. (+/- 10%)	10,7	4,8	3,7	**98**
Kartupeļu biezenis BPP	*A01	110 gr. (+/- 10%)	2,5	0,4	18,9	**93**
Klasiskā brūnā mērce BPP	*A01	20 gr. (+/- 10%)	0,2	2,0	1,5	**27**
Balto redīsu un burkānu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0,6	2,8	2,7	**40**
Ābolu-ķiršu nektārs		120 gr. (+/- 10%)	0,1	0,0	9,7	**40**
Upeņu uzpūtenis ar pienu BPP	*A01	160 gr. (+/- 10%)	2,0	2,2	26,3	**135**
		Kopā :	16,2	12,1	62,9	**433**

Launags 19		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Magoņu smalkmaizīte BPP	*A01,A03	30 gr. (+/- 10%)	1,5	3,1	12,2	**93**
Piens (auzu dzēriens)	*A01	100 gr. (+/- 10%)	0,7	1,8	5,7	**44**
		Kopā :	2,2	4,9	17,9	**137**

*iespējams ēdiens satur norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	22,5	22,7	113,7	**765**

*Sastādīja*_____ *Apstiprinu*_____